



Cario

Privathospital

**Operation for
hammertå**

Operation for hammertå

Denne folder giver dig information om, hvad der skal ske før, under og efter den operation, du skal have foretaget. Det er derfor vigtigt, at du har læst folderen grundigt, inden du møder på hospitalet.

For at du kan forberede dig bedst muligt, beder vi dig om også at læse folderen "Velkommen" samt folderen omkring bedøvelse, der er vedhæftet i din operationsindkaldelse.

Indhold i denne folder

Vigtig information om din forberedelse!	4
Formålet med operationen	4
Forventninger.....	4
Forberedelser til din operation	4
Kost, rygning, alkohol og motion - KRAM.....	4
Anbefalinger til forberedelser inden din operation	4
Forberedelser på operationsdagen.....	5
Operation og bedøvelse.....	5
Efter operationen.....	5
Smerter, hævelse og blødning.....	5
Forbinding	6
Hælsko.....	6
Mobilisering	6
Fjernelse af sting	7
Forstoppelse.....	7
Ar	7
Røntgen	7
Aktiviteter og daglige gøremål	7
Sygemelding	8
Opfølgning efter udskrivelsen	8
Komplikationer	8
Infektion.....	8

Blodprop i benet.....	9
Beskadigelse af nervegrene	9
Egne notater	10
Kontakt	10

Vigtig information om din forberedelse!

Hvis ikke ALLE punkter nedenfor følges, kan det være nødvendigt at udsætte din operation af hensyn til din sikkerhed:

- Hvis du indtager blodfortyndende medicin, skal du følge den plan, der er lagt for indtagelse af medicinen op til operationen. Læs afsnittet ” Medicin og kosttilskud” i folderen om bedøvelse, der er vedhæftet i din operationsindkaldelse
- Hvis du føler dig syg f.eks. har feber, er forkølet eller får antibiotikabehandling op til operationen, bedes du kontakte os hurtigst muligt
- Hvis du har sår, rifter eller bumser i operationsområdet, eller har områder på kroppen med betændelse f.eks. en byld, beder vi dig kontakte os hurtigst muligt

Formålet med operationen

Formålet med operationen er at korrigere tæerne, for at afhjælpe smerter og gener.

Det vil i næsten alle tilfælde være nødvendigt at stivgøre tåens led med en metaltråd (K-tråd).

Kirurgen har ved forundersøgelsen informeret dig om, hvad vi anbefaler i dit tilfælde. Hvis du er i tvivl, er du velkommen til at kontakte os.

Forventninger

- Op mod 90% af patienterne, der opereres, bliver tilfredse med resultatet
- Smerte og hævelse kan forekomme gennem 3-6 måneder efter operationen
- Den opererede tå bliver kortere og ofte lidt tykkere
- Hos få gendannes fejlstillingen af tæerne

Forberedelser til din operation

Kost, rygning, alkohol og motion - KRAM

For at give kroppen de bedste betingelser når du skal opereres, anbefaler vi, at du følger rådene om kost, rygning, alkohol og motion (KRAM) op til og efter operationen. Du kan få yderligere oplysninger om KRAM-faktorerne på Capios hjemmeside ved at klikke på linket [KRAM](#).

Anbefalinger til forberedelser inden din operation

- Sørger for at have tilstrækkelig smertestillende håndkøbsmedicin hjemme, som indeholder Paracetamol (f.eks. Pinex, Panodil eller Pamol), indtil du har mulighed for at få afhentet medicin på apoteket samt eventuel Ibuprofen til de første 3 dage efter operationen (f.eks. Ipren, Ibumetin eller Brufen).

Få yderligere oplysninger om Ibuprofen i afsnittet ”Smerter” eller klik [her](#)

Forberedelser på operationsdagen

- Du skal tage et bad og vaske hår inden operationen (hårvask kan gøres dagen inden). Undgå efterfølgende at smøre bodylotion på foden, der skal opereres
- Af hensyn til infektionsrisiko skal neglene på den fod, hvor operationen foregår, være rensset og rene samt fri for smykker (f.eks. tåringe) samt neglelak eller gellak/shellac
- Efter operationen vil du få en støttende forbinding på den opererede fod. Iklæd dig derfor gerne tøj, der nemt kan smøges op over knæet under operationen og giver plads til at få over forbindingen når du kommer hjem. Dette kan for eksempel være bukser med vide ben, bukser med lynlås i siden, eller en løs nederdel.
- Husk mobiltelefon og oplader, så du kan være i kontakt med dine pårørende
- Medbragte værdigenstande opbevares på eget ansvar og vi opfordrer til, at du lader smykker og større kontantbeløb blive hjemme

Operation og bedøvelse

Operationen du skal have foretaget, foregår under lokalbedøvelse og varer ca. 30 minutter, hvis ikke det er aftalt, at der foretages yderligere indgreb.

På operationsdagen vil du møde:

- Personale, der vil informere dig om forløbet og gøre dig klar til operationen
- Kirurgen, der skal operere dig, og som vil informere dig om operationen

Efter operationen

Du kan udskrives umiddelbart efter operationen. Inden du bliver udskrevet, informeres du om operationens forløb og om de forholdsregler, der efterfølgende er. Får du behov for hjemmepleje, vil personalet kontakte din bopælskommune.

Du skal selv sørge for hjemtransport og det frarådes selv at køre bil hjem, da du har en forbinding om foden for at undgå blødning. Du bør i øvrigt være opmærksom på at du ikke selv må køre bil hvis du har fået stærk smertestillende medicin.

Se i øvrigt punktet "Bilkørsel" i afsnittet "Aktiviteter og daglige gøremål" eller klik [her](#) for anbefalinger til genoptagelse af bilkørsel.

Smertes, hævelse og blødning

Efter operationen kan du forvente at have smerter og hævelse i operationsområdet samt lidt blødning fra operationssåret.

Smerten behandles med håndkøbsmedicin (Se afsnittet "Anbefalinger til forberedelser inden operationen" eller klik [her](#), for oplysninger om håndkøbsmedicin).

Smertestillende håndkøbsmedicin, der hører under betegnelsen NSAID, hæmmer dannelsen af knoglevæv, og bør ikke indtages udover de 3 første dage efter operationen. Du kan begynde at indtage NSAID præparater igen som hidtil, når der er gået 3 måneder efter operationen.

(NSAID står for Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs og præparaterne går under navne som f.eks. Ipren/Ibuprofen/Ibumetin, Bonyl og Diclofenac).

Ved behov for stærkere smertestillende medicin vil kirurgen sørge for, at dette efterfølgende kan hentes på et apotek ved hjælp af dit sygesikringskort.

Du kan desuden opleve misfarvning af operationsområdet, hvilket skyldes blodansamlinger og er ufarligt. Som regel aftager misfarvningen i løbet af nogle uger.

For at forebygge og reducere smerte, hævelse og blødning, anbefales du at gøre følgende:

- Følge den smertestillende behandling, som du anbefales inden din udskrivelse
- Holde foden mest muligt i ro og over hjerteniveau de første 3 døgn (også om natten) efter operationen
- Lave venepumpeøvelser hvor lægmusklerne skiftevis spændes og afslappes. På siden hvor du ikke er opereret, kan du vippe med fod og tær

Forbinding

Der lægges et vandafvisende plaster over operationssåret og foden forbindes med et elastikbind. Hvis elastikbindet føles stramt eller gnaver, kan det forsigtig løsnes uden at tage dette helt af. Af hensyn til infektionsrisiko, skal du undgå at forbindingen bliver våd.

Du bliver informeret yderligere om forbindingen inden du udskrives.

Hælsko

Udover forbindingen anlægges en hælsko, som skal bruges i 6 uger efter operationen.

Mobilisering

For at forebygge komplikationer til inaktivitet f.eks. blodpropper og forstoppelse, er det vigtigt, at du ikke kun sidder og ligger når du kommer hjem, men også er oppegående. Når tåen aflastes, eller du hviler, anbefales det at lave venepumpeøvelser, som beskrevet under afsnittet ” Smerte, hævelse og blødning” (klik [her](#) for at komme til afsnittet)

De første par dage efter operationen, bør du kun støtte minimalt på din opererede tå og holde foden hævet over hjerteniveau mest muligt.

Herefter kan du gradvist øge belastningen af den opererede tå. Hvis denne gør ondt, hæver eller du mærker en dunkende fornemmelse i operationsområdet, bør du stoppe belastningen og holde foden over hjerteniveau.

Inden udskrivelsen bliver du informeret om lån af hjælpemidler og vil om nødvendig tilbydes at låne krykker. Lånte hjælpemidler skal returneres til Capio efter brug (se venligst i velkomstfolderen under afsnittet ”Hjælpemidler”, hvor på hospitalet disse afleveres).

Fjernelse af sting

Operationssåret er lukket med tråde, der skal fjernes efter ca. 2 uger. Du bedes bestille tid til dette hos din egen læge.

Hvis der er indsat en metaltråd i tåen under operationen, skal denne som regel fjernes 6 uger efter operationen. Oftest er det ikke nødvendigt at lokalbedøve, når denne fjernes. Du kan med fordel tage 1 gram Paracetamol ca. 1 time forud for indgrebet (se afsnittet "Anbefalinger til forberedelser inden din operation" eller klik [her](#) for oplysninger om smertestillende håndkøbsmedicin).

Forstoppelse

Nedsat aktivitetsniveau og eventuel stærk smertestillende medicin, kan føre til forstoppelse. For at forebygge forstoppelse anbefaler vi dig følgende:

- Indtage afføringsmiddel
- Drikke rigelig væske (1,5-2 liter pr. dag)
- Spise fiberrig kost, f.eks. fuldkorn og grove grønsager.
- Bevæge dig mest muligt, men samtidig tage hensyn til hvile og at du er nyopereret

Ar

Operationen vil efterlade ar svarende til operationssnittene.

Arrene er mest synlige og rødlig i tiden efter operationen, hvorefter dette gradvist aftager.

For at opnå så pæne ar som muligt anbefales det at sætte brun englehud (kan købes på bl.a. apoteket) over arrene i ca. 3 måneder efter operationen. Yderligere bør arrene beskyttes mod solen i ca. 1 år med tøj/sko eller solblokker.

Røntgen

Der tages røntgenbillede af tåen ca. 6 uger efter operationen i forbindelse med at eventuel metaltråd fjernes.

Aktiviteter og daglige gøremål

- Almindelige daglige gøremål:
 - Lettere fysiske aktiviteter: F.eks. madlavning, gåture og lettere rengøring kan genoptages i den grad det lader sig gøre
 - Hårdere fysiske aktiviteter: F.eks. tungt havearbejde og løbeture må genoptages når trådene i tåen er fjernet og du ikke længere anbefales at anvende hælskoen
- Bad: Forbindingen må ikke blive våd og det anbefales at tage en plastikpose over den opererede fod, når du er i brusebad.

Af hensyn til infektionsrisiko frarådes det at gå i karbad, svømmehal eller at bade i havet indtil forbindingen og stingene er fjernet og operationssåret er helt lukket og tørt

- Bilkørsel: Du vil blive informeret om anbefalinger til genoptagelse af bilkørsel, der normalt frarådes, indtil det ikke længere anbefales af anvende hælskoen. Du bør desuden ikke selv køre bil:
 - før du har sikret dig, at du har fuld kontrol over den opererede fod ved pedalskifte og katastrofeopbremsning. Inden du genoptager bilkørsel, er det derfor vigtigt du prøver at flytte foden mellem pedalerne i en bil, der holder stille, indtil du føler, at bilkørsel vil være ansvarligt
 - hvis du har taget stærk smertestillende medicin (medicin med rød advarselstrekant)
- Vær i øvrigt opmærksom på, hvilke regler der gør sig gældende hos dit forsikringsselskab, inden du selv kører bil.

Sygemelding

Varigheden af sygemelding afhænger af dit arbejdes karakter. Kirurgen har ved forundersøgelsen informeret dig om hvad du kan forvente.

Opfølgning efter udskrivelsen

Du bliver inden din udskrivelse tilbudt en tid til kontrol og fjernelse af eventuelt K-tråden.

Personalet vil informere dig mere om dette inden du udskrives.

Komplikationer

Nedenfor ser du de komplikationer, der kan opstå efter den type operation du har fået foretaget. Inden du udskrives, informeres du om, hvor du kan henvende dig, hvis du har mistanke om, at du har komplikationer efter operationen.

Infektion

Risikoen for infektion efter operationen er meget lille. En infektion vil ofte vise sig efter 5-10 dage, men kan forekomme allerede efter et døgn eller lang tid efter en operation.

Tegn på infektion:

- Tiltagende smerter i foden
- Eventuel feber
- Der kan opstå rødme, hævelse og varme omkring sårene
- Der kan komme væske fra såret

Da foden er pakket ind, vil tiltagende smerter og eventuel feber sandsynligvis være de tegn du først observerer og bør reagere på.

Hvis du pga. infektion sættes i behandling med antibiotika af egen læge eller vagtlæge, må du gerne informere os, da vi registrerer komplikationer med henblik på hele tiden at øge kvaliteten af vores behandling.

Blodprop i benet

Der er en minimal risiko for at få en blodprop i benet.

Tegn på en blodprop i benet giver forskellige symptomer i varierende grad.:

- Benet kan hæve meget og blive rødt og varmt, hvor andre kun føler et let ubehag
- Musklerne i underbenet kan føles spændte og hårde og de overfladiske blodårer kan blive mere tydelige end de er normalt

Beskadigelse af nervegrene

Der findes en meget lille risiko for beskadigelse af nervegrene under operationen, hvilket kan medføre nedsat eller manglende følesans svarende til det område, nerven forsyner.

Egne notater

Her kan du notere dine eventuelle spørgsmål til os, så du kan huske dem, når vi taler sammen igen, eller du ankommer til operationen.

Kontakt

Du er altid velkommen til at kontakte os, hvis du har spørgsmål, du ønsker svar på.

Du kan finde vores kontaktinformationer på Capios hjemmeside:

www.capiro.dk

Version 2

Dato: januar 2024

Revideres: januar 2027

Udarbejdet og godkendt af: PHV