

Vejledning til operation for forreste korsbåndsskade

Generelt

Vrid eller overstrækning i knæledet kan medføre bristning af forreste korsbånd alene, eller sammen med andre skader på f.eks. brusk, menisk eller sideledbånd. Ved en korsbåndsskade i knæet mærker man ofte et knæk og fornemmelse af løshed i knæet, som inden for timer oftest efterfølges af betydelig hævelse i knæledet på grund af blødning. Hævelse og smerte i knæet de første par uger vanskeliggør undersøgelsen af knæet, hvor en korsbåndsskade konstateres. Overrevet korsbånd giver ustabilitet i knæledet. Skaden kan ikke hele. Ved knæstabiliserende fysioterapi kan der opnås bedring, men ofte er operation nødvendig, hvis der ikke opnås tilstrækkelig stabilitet. Formålet med en korsbåndskonstruktion er at opnå et stabilt knæ.

Før operation

- Hent den medicin på apoteket, som du skal tage efter operationen. Der er sendt en recept til receptserveren.
- Hvis der er sår omkring knæet skal du kontakte klinikken på **akuttelefonen 50 58 20 32**, så operationen kan udsættes til sårene er helet. Barbering af benet frarådes i 5 dage op til operationen, på grund af infektionsrisiko.
- For at minimere risiko for infektion beder vi dig om at bade, klippe neglene og fjerne evt. neglelak. Du skal undlade at anvende lotion på knæet i 24 timer op til operationen.
- Du må ikke spise i 6 timer inden operationstidspunktet, men gerne drikke vand (ingen mælkeprodukter) indtil 2 timer før.
- Du bliver ringet op af narkoselægen nogle dage før operationen, hvor han vil gennemgå bedøvelsen med dig.

Operationen

Inden operationen møder du narkoselægen, som er ansvarlig for bedøvelsen, samt den læge der skal operere.

Operationen udføres i fuld bedøvelse. Narkoselægen anlægger et nerveblok i benet, som også virker, når du vågner efter operationen.

Operationen er kikkertvejledt. Først foretages en kikkertundersøgelse af hele knæet, og hvis der findes en skade i f.eks. menisken, vil den blive behandlet. Resterne af det bristede korsbånd fjernes. Til korsbåndskonstruktionen anvendes som senegraft 2 sener fra indersiden af låret eller den centrale tredjedel af senen fra knæskallen til skinnebenet. Senegraften fikseres i et hul i lårbensknoglen, og en kanal i skinnebenet med skruer. Til slut lukkes hulene i huden, og der anlægges en forbindelse med en ispose.

Efter operationen kommer du over i opvågningen, hvor du vil være under observation. Efter noget tid vil du blive budt en lille forfriskning. Inden hjemsendelsen vil du få udleveret krykker, som skal bruges de første 2 uger efter operationen. Her betales et depositum på 300,- kr. Vær opmærksom på at klinikken kun tager imod kontanter. Du må støtte med fuld vægt på knæet, når det er strakt. Når knæet er bøjet, skal der aflastes med krykkerne.

Efter operationen

- Du må ikke være alene det første døgn efter operationen.
- Den smertestillende medicinske behandling er Pamol 500 mg. 2 tabletter x 4 dagligt, samt Ibuprofen 400 mg. 1 tablet x 3 dagligt til de første 10 dage efter operationen. Disse gives dels som smertelindring, dels for at modvirke hævelse af knæet efter indgrebet. Da Ibuprofen kan øge risiko for mavesår stoppes med disse hvis mavesmerter opstår.
- For at modvirke blodprop i benet er det **meget vigtigt af du laver venepumpeøvelser** (bøj og stræk ankel/fodled så lægmusklen bruges flere gange i timen). Al bevægelse i knæet skal holdes under smertegrænsen.
- På 2. dagen fjernes støttebindet på klinikken, og sårene tilses.
- 2 uger efter operationen kommer du til trådfjernelse på klinikken, får evt. henvisning til fysioterapi og krykkerne returneres.
- Du må tidligst køre bil efter 2 uger ved venstresidig operation, og efter 6 uger ved højresidig.
- Efter 2 måneder kan man cykle med modstand.
- Efter 3 måneder kan du ofte begynde løbetræning.
- Efter 9-12 måneder kan evt. kontaktsport genoptages.

Risici ved operationen

- Infektion ses hos under 1 %. Hvis der kommer tegn på betændelsestegn i form af rødme, varme, tiltagende ofte dunkende smerter eller feber, kontakt straks klinikken på **akut telefonen 50 58 20 32**, egen læge eller evt. skadestue.
- En blodprop i benet ses hos mindre end 1 %. Risikoen er formodentlig mindre, idet vi sjældent foretager operationen i blodtomhed. De første tegn på blodprop i benet er ofte tiltagende hævelse af og smerter i læggen. Kontakt klinikken på akuttelefonen, hvis der er mistanke om blodprop i benet.
- Nerveskade, der medfører føleforstyrrelser omkring knæet eller i underbenet, kan ses, hvis en følenerve bliver læderet under operationen.
- Blødning fra sårene eller inde i knæet efter operationen kan forekomme. Hvis bandagen gennemblødes, skal du kontakte klinikken, og bandagen skal skiftes.
- Nedsat evne til at strække knæet helt ud, hvilket tidlig fysioterapi modvirker.
- Du bedes oplyse klinikken om kendt overfølsomhed for medicin, bedøvelsesmidler og plastre.

Har du spørgsmål til denne vejledning, er du velkommen til at kontakte os på Akut-telefonen 50 58 20 32.

Sygemelding

2 uger - 3 måneders sygemelding.

Nikolaj Rindom

Speciallæge i Ortopædkirurgi