

Brud på kravebenet, som ikke vil hele

Du har et brud på kravebenet, som viser tegn på ikke at ville hele.

Der er ikke dannet tilstrækkelig ny knogle, men i stedet et "falsk led", hvor bruddets ender er forbundet med bindevæv. Dette giver ofte smerter og nedsat skulderfunktion. Lægen har derfor tilbudt dig en operation, som skal hjælpe bruddet med at hele. Det vil herefter ske hos omkring 90 % af de opererede patienter.



SÅDAN FOREGÅR OPERATIONEN

Lægen, der skal operere, taler med dig inden operationen, som forgår i fuld bedøvelse.

Inden du bliver bedøvet, bliver du koblet til et drop, som giver dig væske gennem et plastikrør i håndryggen, og som bruges ved bedøvelsen.

Selve operationen foregår gennem et snit langs kravebenet. Lægen rensar bruddets ender for bindevæv, og hvis det er nødvendigt, udtages knoglevæv fra hoftekammen, som lægges ind ved bruddet for at stimulere healing. Herefter monterer lægen en metalskinne på kravebenet, som han fæstner med en række skruer, og som stabiliserer bruddet i en god stilling. Såret lukkes med metalclips og dækkes med et plaster.

Operationen varer cirka 1 time. Efter operationen bliver du kørt til opvågningsstuen, hvor du bliver observeret et par timer, indtil du er vågen. Først herefter bliver du kørt tilbage på sengestuen.

Du kan tage hjem samme dag, men du skal afsætte hele dagen og være forberedt på ventetid.

SÅDAN FORBEREDER DU DIG

Vask dig grundigt før operationen

Tag et bad om aftenen eller morgenen, og vask dig grundigt med vand og sæbe. Tag også renvasket tøj på, vi anbefaler blødt og behageligt tøj. Undlad smykker, piercinger, ur og lignende genstande, der er samlested for bakterier. Undlad også at smøre dig ind i fed creme, da det gør det vanskeligt at desinficere dig inden operationen. Så har du gjort det, du kan, for at mindske risikoen for infektion.

Mød fastende til operationen

Du skal faste inden narkosen, så din mavesæk er helt tom. Det er vigtigt, da narkosen får dine muskler til at slappe af, så der opstår risiko for, at mad i mavesækken kan løbe tilbage gennem spiserøret og ned i lungerne. Du skal derfor følge disse retningslinjer:

- Du må ikke spise fra 6 timer inden aftalen. Du må heller ikke drikke mælkeprodukter eller spise pastiller, bolsjer og tyggegummi.
- Du må gerne drikke klare væsker indtil 2 timer før aftalen. Det kan være vand, saftvand eller te og kaffe uden mælk.
- For dit velbefindende før og efter narkosen, anbefaler vi, at du drikker et stort glas saftvand 2 timer før operationen og derefter ingenting, indtil narkosen er overstået.

Der kan gælde særlige regler for dig, fx hvis du er diabetiker, ryger, overvægtig eller gravid.



Narkoselægen gennemgår reglerne med dig inden operationen.

Fjern make-up og løse genstande

Af hensyn til hygiejne og sikkerhed under operationen skal du forberede dig således:

- **Make-up.** Fjern al make-up og neglelak. Under operationen skal vi kunne iagttage din hudns naturlige farver.
- **Smykker.** Fjern løse dele såsom smykker, ur og ringe. Smykker er samlingssted for bakterier, der øger risikoen for infektion.
- **Daglige hjælpemidler.** Brillen, høreapparat og tandprotese tager vi af dig lige inden narkosen.
- **Kontaktlinser.** Linser må du gerne beholde i. Fortæl dog sygeplejersken, hvis du bruger linser.

EFTER OPERATIONEN

Du får smertestillende lokalbedøvelse

Lægen lægger en lokalbedøvelse omkring kravebenet ved afslutningen af operationen, som sikrer, at du ikke har så ondt de første timer. Hvis der er taget knogle fra hoftebenskammen, vil der også blive lagt lokalbedøvelse der.

En fysioterapeut viser dig, hvordan du træner

Du får vejledning af en fysioterapeut efter operationen, og du vil modtage et program til genoptræning. I nogle tilfælde vil fysioterapeutens instruktion foregå over telefon, dagen efter du er blevet udskrevet.

NÅR DU KOMMER HJEM

Aftal at have en pårørende hos dig

Vi anbefaler, at du har en voksen person hos dig de første 24 timer efter operationen. Din pårørende skal holde øje med eventuelle eftervirkninger fra narkose eller medicin og sørge for, at du får hvile.

Aftal at få fjernet clips

Du skal selv kontakte din egen læge og bestille en tid til at få fjernet clips. De skal fjernes cirka 12-14

dage efter operationen. Du får udleveret en tang på hospitalet, som din egen læge skal bruge til at fjerne clipsene.

Tag smertestillende medicin

Inden du tager hjem, udskriver vi recepter på smertestillende medicin, og du får en medicinliste, som sygeplejersken gennemgår med dig. Recepter sendes sædvanligvis elektronisk, og du kan hente medicinen på hvilket som helst apotek i Danmark. Efter 2-3 uger vil de værste smerter være væk, og du vil begynde at kunne mærke langsom fremgang.

Lindr smerterne

Du kan derudover lindre smerterne ved at gøre følgende:

- Læg en ispose på skulderen i 15-20 minutter. I stedet for en ispose kan du bruge en pose med brun sæbe, som du opbevarer i fryseren.
- Læg dig ned og slap af i skuldre og ryg.
- Hæv hovedgærdet på din seng.

Brug armen

Du må bevæge din skulder umiddelbart efter operationen, men overskrid ikke din smertegrænse. Du skal undgå tungere løft, træk og skub indtil den ambulante kontrol efter 6-8 uger.

Du får udleveret en armslynge, som du skal bruge til aflastning af armen de første dage. Herefter kan du bruge slyngen, når du har behov for at hvile armen, dog højst i 3 uger. Armen skal tages ud af slyngen flere gange dagligt og bevæges grundigt som anvist af fysioterapeuten.

Fjern plasteret

Du får plaster med hjem. Hvis såret væsker, skal du skifte plaster hver 3.- 4. dag og ellers 1 gang om ugen. For at undgå snavs og lignende i såret skal du vaske dine hænder grundigt, før du skifter plasteret. Plasteret er vandtæt, så du må gerne gå i brusebad med det på. Når såret er tørt, må du fjerne plasteret endeligt.

Undgå karbad, spabad og svømmehal

Undgå at gå i badekar, spabad og svømmehal, indtil såret er helet.



Arbejd, hvis du kan

Du kan gå på arbejde, når du føler, at du kan holde til det, og du i øvrigt overholder anvisningerne for brug af armen. Hvis du har et erhverv, som belaster skulderen, skal du forvente sygemelding i minimum 6-8 uger. Hvis du har meget tungt fysisk arbejde, kan en længere sygemelding være nødvendig, afhængig af hvornår bruddet er helet. Vi vejleder dig gerne i, hvor længe du bør være sygemeldt.

Vent med sport

Du må også forvente minimum 6-8 ugers pause, inden du kan begynde at dyrke sport, afhængig af sportsgren. For både sport og arbejde gælder det, at hvis aktiviteten ikke gør ondt, forvolder den ingen skade.

KONTROL

Du bliver indkaldt til kontrol 6-8 uger efter operationen. Inden samtalen med lægen skal du have taget et røntgenbillede, så helingen kan vurderes. Nogle brud tager længere tid om at hele, og ofte vil det være nødvendigt med yderligere kontrol senere i forløbet.

Den isatte metalskinne behøver ikke at blive fjernet. Den kan dog nogle gange genere, eksempelvis hvis man bærer en skuldertaske. I så fald kan den fjernes, men først når der er indtrådt sikker heling. Du skal have en henvisning fra din egen læge, hvis du ønsker skinnen fjernet.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål til operationen, er du velkommen til at kontakte os.

Kontakt os også, hvis du oplever tegn på infektion, som varme, hævelse, rødme og smerter omkring såret.



Kontakt

Ortopædkirurgisk Afdeling

Aalborg

Tlf. 97 66 23 45
Vi træffes bedst:
Mandag – fredag 8.00 – 14.30

Hjørring

Tlf. 97 64 16 15
Vi træffes bedst:
Mandag – fredag 8.00 – 14.30

Farsø

Tlf. 97 65 30 50
Vi træffes bedst:
Mandag – fredag 8.00 – 14.30

Thisted

Tlf. 97 65 06 55
Vi træffes bedst:
Mandag – fredag 8.00 – 14.30