



Spinalstenose i lænderygsøjlen

Du er henvist til os, fordi du har fået konstateret spinalstenose i lænderygsøjlen, og du derfor skal undersøges.

I dette materiale kan du læse mere om, hvad spinalstenose er, og hvilke muligheder der er for behandling. Materialet er lavet for at guide dig gennem processen og besvare nogle af de spørgsmål, du måske har.

Spinalstenose er en tilstand, hvor rygmarvskanalen forsnævres. De reducerede pladsforhold kan medføre nervepåvirkning og smerteudstråling til benene.

Sådan stilles diagnosen

Diagnosen stilles gennem et udredningsprogram, som blandt andet består af:

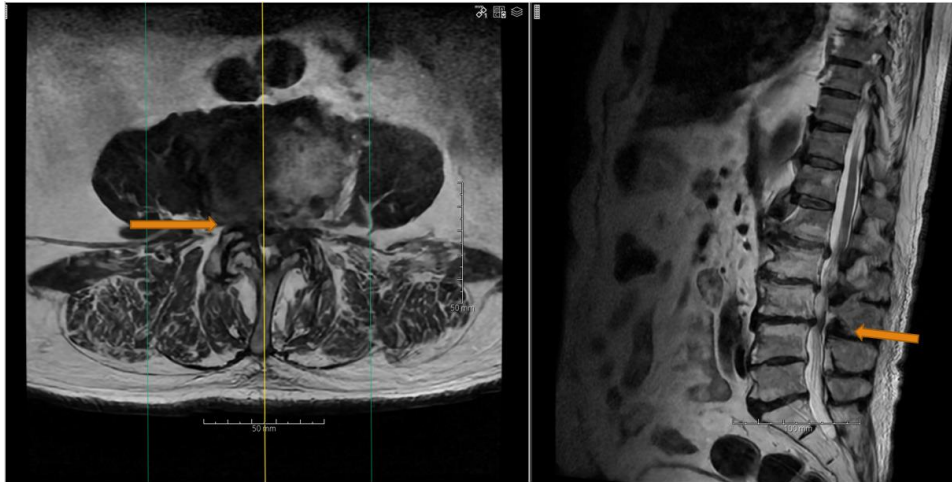
- røntgenbilleder
- MR-skanning
- fysisk undersøgelse.

Behandlingsmuligheder

Der er flere behandlingsmuligheder for spinalstenose, herunder:

- fysioterapi
- behandling med medicin
- kirurgi.

Når du er blevet grundigt undersøgt, finder vi sammen ud af, hvad den bedste behandling er for dig. Hvis du og ryggkirurgen vurderer, at alle andre muligheder er udtømte, bliver du eventuelt tilbudt operation. I så fald klæder vi dig godt på til, hvordan denne foregår. Du vil blandt andet få udleveret vores pjece om "Stabiliserende operation i ryggen" og "Frilægning af nerver i ryggen (dekompression)".



Ovenfor ses et udsnit af en MR-skanning, hvor man kan se, at der er forsnævring af spinalkanalen. Pilene peger på niveauet i rygsøjlen, hvor der forsnævring som følge af slidgigt i rygsøjlen.

Værd at vide om spinalstenose

Hvad er symptomerne på spinalstenose?

Symptomerne kan variere fra person til person, men inkluderer ofte:

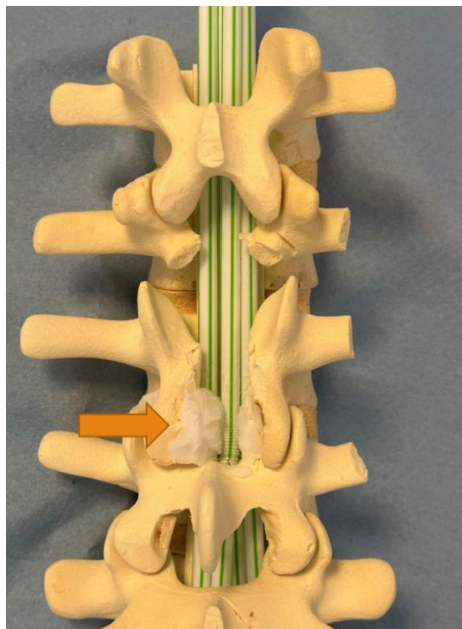
- smerter i ryg og ben
- følelsesløshed
- svaghed
- gangbesvær.

Hvad er årsagen til spinalstenose?

Spinalstenose udvikler sig typisk langsomt over tid. Der er flere faktorer, der kan bidrage til udviklingen af spinalstenose:

- aldersrelaterede eller degenerative forandringer i lænderygsøjlen, fx degenerative forandringer i lænderygsøjlets ægte led (degenerativ: "som medfører eller vedrører en svækkelse")
- fortykkelse af rygsøjlets ledbånd
- sammenfald af bruskskiverne mellem lændehvirvlerne.

Tilsammen kan disse forandringer medføre en forsnævring af rygmarvskanalen og symptomer på spinalstenose.



På modellen er vist, hvordan slidgigt i de små ægte led sammen med fortykkelse af ledbånd kan medføre forsnævring af rygmarvskanalen og dermed tryk på nerverne, som ligger i rygmarvskanalen. Pilene peger på væv, som typisk bliver forstørret ved slidgigt, og som derfor medfører forsnævringer. Det er forsnævringerne, som kan forklare, hvorfor der kommer nervesmerter i benene.

På det første billede ses, hvordan spinalnerven er klemmt, inden den forlader rygsøjlen. På det andet billede ses, hvordan rygmarvskanalen forsnævres af fortykket væv ved slidgigt.

Hvor hyppig er spinalstenose?

Mange ældre har slidgigt i lænden, men kun en mindre del af disse ældre udvikler spinalstenose. Spinalstenose i lænderyggen er dog relativt almindeligt hos ældre (10 %). Spinalstenose kan også forekomme hos yngre personer, men årsagen er da ofte betinget af tidligere rygtraumer (brud på rygsøjlen) og i sjældne tilfælde medfødte forsnævninger af rygmarvskanalen.

Kan man stoppe udviklingen af spinalstenose?

Desværre kan man ikke stoppe udviklingen af aldersrelaterede forandringer i lænderygsøjlen. Du kan dog lindre symptomerne på spinalstenose med:

- regelmæssig motion (fx daglige gåture)
- fysioterapi
- smertestillende medicin.

Endelig kan du forbedre pladsforholdene i rygmarvskanalen ved at krumme ryggen, fx ved at bruge en rollator eller andre støttemidler.



AALBORG UNIVERSITETSHOSPITAL
– i gode hænder

Kontakt og mere viden

Har du spørgsmål under dit forløb hos os, er du velkommen til at kontakte os.



Ambulatorium for Ortopædkirurgi, Frederikshavn

Tlf. 97 64 19 31

Mandag – fredag 8.30 – 15.00

Find mere info: <https://rh nordjylland.rn.dk/ortofr>