

Forlængelse af akillessenen med seriegipsbehandling

Du skal have forlænget din akillessene på det ene eller begge ben.

Vi har planlagt en såkaldt 'seriegipsning' – eller seriegipsbehandling. Hvis behandlingen lykkes, kan du undgå operation.

Udover at du undgår operation, har behandling med seriegipsning den fordel, at den også forlænger musklen – til forskel fra operation, hvor det er senen, der forlænges. Forlænger man senen for meget, vil musklen blive for kort og miste sin styrke. Ved behandling med seriegipsning vil musklen kunne genvinde sin styrke i løbet af relativt kort tid, efter at gipsen er fjernet.

SÅDAN FOREGÅR BEHANDLINGEN

Vi lægger en gipsbandage omkring din fod, mens du bøjer foden så meget opad som muligt og derved strækker din akillessene. Dit knæ skal samtidig være bøjet.

Din fod vil blive holdt i denne vinkel af gipsbandagen i løbet af de næste uger. Efter godt 2 uger vil musklen have givet sig, så du kan bøje foden højere op. Derfor skifter vi ofte bandagen på dette tidspunkt, så den understøtter den nye, forlængede vinkel.

Hvis det er nødvendigt, fortsætter vi denne serie af ny gips efterhånden som musklen giver sig mere og mere. Deraf navnet 'seriegipsning'.

VÆR OPMÆRKSOM PÅ

Den gipsbandage, vi anlægger, er egentlig ikke gips, men plastik. Bandagen er blød, når den er varm, og hård ved stuetemperatur.

Plastikken er længe om at køle af, og derfor må du ikke strække dit knæ, den første time efter at bandagen er anlagt. Strækker du knæet er der fare

for, at den muskel, der ligger mest i overfladen, bevæger fodleddet nedad, inden bandagen er helt gennemhærdet.

Først når gipsen er gennemhærdet efter cirka 6 timer, må du gå på gipsen.

NÅR DU KOMMER HJEM

Træn stræk af knæet fra dagen efter

Dagen efter at bandagen er anlagt, kan du begynde at træne knæ-strækning, for at knæet kan strækkes så hurtigt som muligt. Det kan godt være vanskeligt, hvis bandagen er anlagt på bøjet knæ.

Behandl mindre smerter

Der vil forekomme ubehag og mindre smerter. Disse vil normalt forsvinde ved at tage fx Panodil i passende dosis.

Kontakt os ved mange smerter

Kommer der mange smerter den første uge, kan gipsen være for stram eller musklen spændt for meget ud. Ring i så fald til os, så vi kan se på situationen og eventuelt ændre planen.

Undgå at bandagen bliver våd

Bandagen må ikke blive våd. Sker det, at den alligevel bliver våd, så vær opmærksom på **ikke** at tørre den med fx en hårtørrer. Varmen vil gøre bandagen blød, så den mister sin funktion.

EFTER BEHANDLINGEN

Når behandlingen er færdig, og du har fået bandagen af, er det vigtigt, at du udspænder akillessenen så ofte som muligt – det vil sige træner, at den er strakt.

Det gør du fx med vægtbelastning eller ved at bruge et udspændingsbræt – se billedet.



Et udstrækningsbræt strækker akillessenen lang. Du kan eventuelt selv lave et udspændingsbræt som det på billedet.

KONTAKT OG MERE VIDEN

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



Kontakt

Ortopædkirurgisk Ambulatorium

Tlf. 97 66 23 94

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 8.00 – 15.00