

# Indsættelse af skulderprotese ved ledsygdom

Der er slidgigt eller anden ledsygdom i dit skulderled, som giver smerter og nedsat funktion.

Lægen har vurderet, at dine gener kan afhjælpes med et kunstigt skulderled - en såkaldt skulderprotese (skulderalloplastik). Ved operationen fjernes de syge dele fra leddet og erstattes med kunstige.

## Det kan du forvente af operationen

Formålet med operationen er først og fremmest at lindre smerter. En velfungerende skulderprotese er en effektiv smertebehandling. Cirka 90 % oplever ingen eller færre smerter efter operationen.

De fleste, der får indsat en skulderprotese, oplever også en betydelig forbedring af skulderfunktionen. Det vil sige bedre bevægelighed og flere kræfter.

Det kan være nødvendigt at udskifte en skulderprotese, hvis den går løs eller fungerer dårligt. Det er dog sjældent tilfældet, og erfaringen viser, at 90 % af alle skulderproteser fortsat sidder i leddet efter 10 år.

## FLERE TYPER PROTESER

Skulderleddet består af en ledkugle og en ledskål, som er omgivet af en manchet af sener. Senerne er nødvendige for at stabilisere leddet.

Lægen afgør, hvilken type protese der er bedst i dit tilfælde. Det afhænger af din sygdoms sværhedsgrad, samt hvad du skal bruge din skulder til i fremtiden.

Nedenfor kan du læse mere om forskellige typer proteser.

### Total skulderprotese

Hvis både ledkugle og ledskål udskiftes, kaldes det en total skulderprotese (total skulderalloplastik, TSA). Ledkuglen erstattes her af en kunstig ledkugle af metal, som monteres på en stang (et stem), der fastgøres i overarmsknoglen. Ledskålen er af plast og

fastgøres med knoglecement, der fungerer som en slags lim.

### Halvprotese

Hvis kun en del af ledkuglen udskiftes, kaldes det en halvprotese (hemialloplastik). Halvprotesen vælges, hvis det kun er ledkuglen, der er påvirket af sygdom. Den vælges også, hvis der er øget risiko for, at ledskålen kan gå løs, fx på grund af dårlig knoglekvalitet eller krav til stor skulderbelastning.

### Deltaprotese ('omvendt' protese)

En deltaprotese er en særlig form for total skulderprotese, hvor leddet er vendt om. Det vil sige, at hvor der før var en ledskål, er der nu et ledhoved – og omvendt. Protesen er særligt stabil og bruges derfor i de tilfælde, hvor ledsygdommen har ødelagt den stabiliserende senemanchet. Protesen er da en god løsning, men protesen er følsom for tungere belastning.

## SÅDAN FOREGÅR OPERATIONEN

### Bedøvelse

Under operationen er du fuldt bedøvet.

Inden du bliver bedøvet, får du lagt et drop, som giver dig væske gennem et plastkrør i håndryggen. Lægen, der skal operere dig, taler først med dig om, hvad der skal foregå, og herefter bliver du bedøvet.

Inden eller under operationen lægger narkoselægen som regel et smertekateter. Smertekateteret er en tynd slange, som konstant giver lokalbedøvende medicin til nerverne i din skulder og arm. Smertekateteret har en god effekt på dine smerter efter operationen.

Vi fjerner som regel smertekateteret dagen efter operationen.

### Operation

Selve operationen foregår gennem et snit på forsiden

af skulderen eller den øverste del af overarmen. Efter operationen lukker lægen såret med metalclips, og det dækkes med et plaster.

Operationen varer 1-2 timer.

## 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.

### Mød fastende til operationen

Du skal faste inden narkosen, så din mavesæk er helt tom. Det er vigtigt, så der ikke opstår risiko for, at mad i mavesækken kan løbe tilbage gennem spiserøret og ned i lungerne. Møder du ikke fastende, kan vi være nødt til at aflyse operationen. Du skal derfor følge disse retningslinjer:

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

Følg disse retningslinjer, medmindre narkoselægen har givet dig anden vejledning.

### 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 huds 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 bliver observeret i et par timer

Efter operationen bliver du kørt til opvågningsstuen, hvor du bliver observeret i et par timer, indtil du er vågen efter bedøvelsen. Først herefter bliver du kørt tilbage til sengestuen.

### Du får antibiotika

For at forebygge infektion får du antibiotika under operationen og det første døgn efter.

### Du får vejledning af fysio- og ergoterapeut

En fysioterapeut vil instruere dig i øvelser, som du skal lave hjemme i de første 6 uger. Fysioterapeuten laver også en plan for den videre genoptræning, der vil foregå i din hjemkommune. Planen sendes til kommunen, som indkalder dig til træning efter cirka 6 uger.

En ergoterapeut eller en sygeplejerske vejleder dig i, hvordan du klarer almindelige, daglige gøremål. Ergoterapeuten eller sygeplejersken vurderer også i samarbejde med dig, om du har brug for hjælpemidler eller hjælp til at klare de daglige gøremål, når du kommer hjem.

### Du bliver udskrevet

Du kan forvente at blive udskrevet 1-2 dage efter operationen.

## NÅR DU KOMMER HJEM

### Hold armen i ro

Du må ikke bruge skulderen aktivt i de første 6 uger efter operationen. Hold den derfor i ro.

For at give armen ro skal du have armen i en armslynge, men du skal tage armen ud af slyngen flere gange dagligt, så du kan træne albue, håndled og fingre med venepumpeøvelser. Vi viser dig, hvordan

du tager armen ud af slyngen, og hvordan du laver venepumpeøvelser.

### Forvent hævelse og misfarvning

Du kan forvente misfarvning af skulder og overarm i den første tid. Det er ganske ufarligt, og er et tegn på, at den blodansamling, som eventuelt er opstået under operationen, er ved at fordele sig. Misfarvningen forsvinder langsomt.

De første uger vil ofte være præget af hævelse og smerte. Søg læge, hvis hævelsen ikke forsvinder, hvis den tiltager, hvis den er ledsaget af feber, eller hvis der siver væske fra såret. Din egen læge vil så vurdere, om det er nødvendigt, at du bliver undersøgt på sygehuset.

### Tag smertestillende medicin

Du kan lindre smerter med smertestillende medicin. Inden du tager hjem, får du udleveret en medicinliste og eventuelt en plan for, hvordan du skal trappe ud af medicinen. Vi gennemgår medicinlisten og den eventuelle udtrappingsplan med dig.

Vi sender recepter på smertestillende medicin elektronisk til apoteket, og du kan hente medicinen på et hvilket som helst apotek i Danmark.

Efter 2-3 uger vil de værste smerter være væk, og du vil begynde at mærke langsom fremgang.

### Aftal at få fjernet operationsclips

Du skal selv kontakte din læge og bestille en tid til at få fjernet clipsene. Clipsene skal fjernes 12-14 dage efter operationen.

### Undgå karbad og svømmehal

For at mindske risikoen for infektion fraråder vi dig at tage karbad, gå i svømmehal og spabad, indtil såret er helet, og clipsene er fjernet. Du må dog gerne tage brusebad, da såret er dækket med et plaster, som er vandtæt og kan tåle brusebad.

### Skift plaster

Du skal skifte plaster hver 3.-4. dag. Du skal også skifte plastret, hvis det løsner sig, eller hvis der siver væske igennem. Du får nye plastre med hjem.

Husk at vaske dine hænder grundigt, før du skifter plaster. Dermed undgår du, at der kommer snavs og lignende i såret.

Så snart såret er tørt, er det ikke længere nødvendigt, at du bruger plaster.

Måske kan du ikke selv skifte plasteret og behøver hjælp fra en pårørende eller hjemmeplejen.

### Sygemeld dig

Hvis du er i arbejde, skal du sygemelde dig. Hvor længe du skal være sygemeldt afhænger af, hvor meget du bruger din skulder i dit job. Forvent, at du skal være sygemeldt i mindst 6 uger og i minimum 3 måneder, hvis du har et job, som belaster skulderen. Hvis du har tungt fysisk arbejde, kan en længere sygemelding være nødvendig.

### Kontakt os ved tegn på infektion

Kontakt os, hvis du oplever tegn på infektion, fx varme, hævelse, rødme eller smerter omkring såret.

## KONTROL

Efter operationen følger vi dig med kontroller. Du skal til kontrol første gang efter 6-8 uger.

Ved første kontrol får du taget et røntgenbillede, og bagefter taler du med en læge.

Cirka 1 år efter operationen får du tilsendt et spørgeskema fra Dansk Skulderalloplastik Register, som du skal udfylde og returnere. Skemaet bruges til at måle resultatet af operationen. Dansk Skulderalloplastik Register samler svarene for alle operationer i hele landet, og svarene bliver sammenlignet med henblik på at udvikle og forbedre behandlingen.

## KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål til operationen, er du velkommen til at kontakte os. Vil du vide mere om indsættelse af skulderprotese, kan du eventuelt læse mere på patienthåndbogen.dk. Søg på: 'skulderprotese'.



### Kontakt

**Ortopædkirurgisk Afdeling, Farsø  
Sengeafsnit O4**  
Tlf. 97 65 30 50