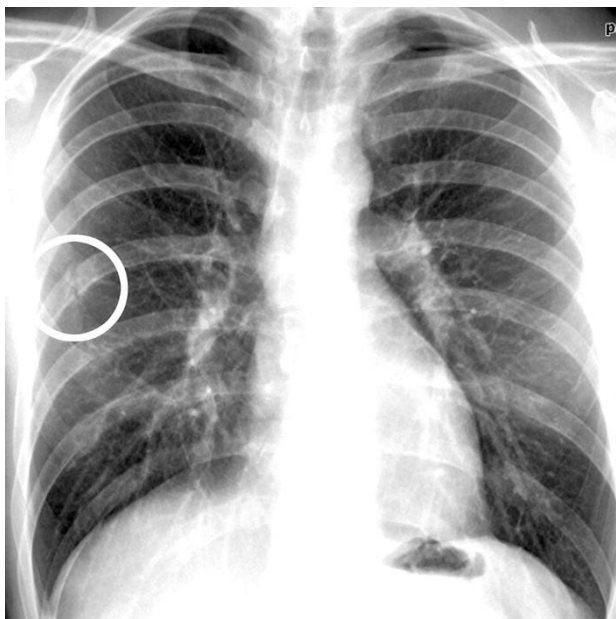


## Behandling af ribbensbrud

Du skal behandles for ribbensbrud, også kaldet costafaktur. Ribbensbrud skal have tid og ro for at hele. Målet med behandlingen er derfor at give tilstrækkelig smertelindring og derved forebygge komplikationer.

De fleste ribbensbrud kan behandles af praktiserende læge, men ved flere ribbensbrud kan det være nødvendigt at blive indlagt og behandlet på et hospital.

Det tager som regel 8 uger, før et ribbensbrud er helet.



Brystkassen består af 12 par ribben. Her ses et enkelt brud på et ribben i højre side.

### SÅDAN FOREGÅR BEHANDLINGEN

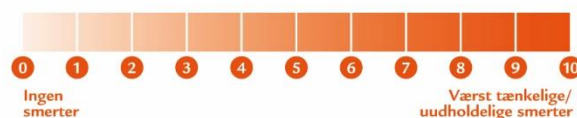
Bliver du indlagt på et hospital i forbindelse med et ribbensbrud, vil lægen først vurdere dine smerter og din vejrtrækning.

Dine smerter kan variere i intensitet. Ofte opleves stærke smerter, der kan stråle ud fra flere steder på brystkassen på grund af selve bruddet, og fordi omkringliggende muskler trækker sig sammen for at beskytte de indre organer. Smerterne kan forværres ved hoste og vejrtrækning samt være årsag til åndenød.

Det er normalt at høre "knasende" og "skurrende" lyde fra ribbensbruddet.

Ved mistanke om indvendige brystskader eller mistanke om at bruddet kan skyldes en anden sygdom, tager vi røntgenbilleder af brystkassen.

Lægen instruerer dig herefter i at bruge en smerteskala fra 0-10 til at beskrive din smerteintensitet.



Smerteskalaen hjælper til at vurdere intensiteten af din smerte.

Ud fra intensiteten af din smerte udarbejder lægen en individuel plan for den smertelindrende behandling. Den smertelindrende behandling består af forskellige muligheder:

- Smertestillende tabletter
- Anlæggelse af epiduralt smertekateter i rygmarven, kombineret med smertestillende tabletter
- Varmepuder
- Fysioterapi med henblik på vejrtrækningsøvelser, hosteteknikker og øvelser i at komme i og ud af sengen.

Du kan forvente, at smerterne som regel tiltager de første 7-10 dage efter bruddet. Derefter vil de gradvist blive mildere.

## DET KAN DU SELV GØRE

Målet med behandlingen er, at ribbenet får ro til at hele. Dette kan du selv understøtte på følgende måder:

- **Stop rygning.** Ved at stoppe med at ryge i helingsfasen kan du forebygge risiko for, at der dannes slim i lungerne, og du derved har større risiko for hoste.
- **Bevæg dig.** Kom mest muligt op at sidde og gå ture, da det øger risikoen for komplikationer at være sengeliggende.
- **Respektér smerten.** Belast kun ribbenene til smertegrænsen, og hold dine arme og albuer ind til kroppen.
- **Belast bruddet mindst muligt, når du ligger.** Når du ligger i sengen, så vær opmærksom på at ligge i en stilling, der belaster ribbensbruddet mindst muligt. Du kan eventuelt få hjælp af en sygeplejerske i afdelingen.
- **Spis protein.** I helingsfasen (8 uger) anbefaler vi, at du spiser energi- og proteinholdig mad og indtager en multivitaminpille for at fremme heling af knoglen.

## UDSKRIVELSE

Når du bliver udskrevet, holder vi en udskrivelsessamtale med dig. Her lægger vi en plan for udtrapning af smertestillende medicin og giver dig en medicinliste og recept på ny medicin.

Desuden sender vi et udskrivningsbrev til din egen læge i løbet af 3 hverdage. Her står et resumé af din indlæggelse hos os, samt hvilken medicin du får ved udskrivelsen.

## NÅR DU KOMMER HJEM

### Tag smertestillende medicin som aftalt

Det er vigtigt, at du følger lægens plan for brug af smertestillende medicin, så bruddet får ro til at hele.

### Forvent psykiske reaktioner

Afhængigt af årsagen til ribbensbruddet er det helt normalt, at der kan opstå psykiske reaktioner, fx humørsvingninger og søvnbesvær. Disse problemer er som regel forbigående.

### Kør ikke bil

Så længe du får morfinpræparater, må du ikke føre bil. Det skyldes, at din reaktionsevne og koncentrationsevne er nedsat.

## KONTROL

Vi vurderer, om der er behov for, at du kommer til kontrol, og om du eventuelt har brug for hjemmepleje.

## MULIGE KOMPLIKATIONER

- **Nedsat hostekraft.** Smertelindringen skal være tilstrækkelig til, at du kan hoste.
- **Risiko for lungebetændelse.** Du skal kunne hoste slim op af lungerne, så der ikke ophobes slim, der medfører øget risiko for lungebetændelse.
- **Punktering af lunge.** Et brækket ribben kan let "punktere" en lunge og forårsage, at lungen klapper sammen (pneumothorax). Sjældnere kan et brækket ribben være årsag til blødninger i brysthulen.
- **Tryk på nerver.** Meget sjældent kan nydannede knogler på brudstedet trykke mod nerver, så der opstår langvarige smerter.

Fortsættes...



## KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os. Vil du vide mere om ribbensbrud, kan du eventuelt læse mere på [patienthaendbogen.dk](http://patienthaendbogen.dk). Søg på 'ribbensbrud'.



### Kontakt

#### **Hjerte-Lungekirurgisk Afdeling**

Tlf. 97 66 47 00

Vi træffes:

Mandag – fredag 8.00 – 15.00

[www.aalborguh.rn.dk/hjertelunge](http://www.aalborguh.rn.dk/hjertelunge)