Indsættelse af skinne ved brud på skulderen

Du har pådraget dig et forskudt brud på overarmsknoglens ledhoved i skulderen. For at sætte bruddet på plads skal du opereres og have sat en metalskinne ind i overarmen til at stabilisere bruddet.



Skinnen monteres på den øverste del af overarmsknoglen.

SÅDAN FOREGÅR OPERATIONEN

Bedøvelse
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.

Operationen
Selve indgrebet foregår gennem et snit på forsiden af skulderen. Lægen sætter bruddet på plads og stabiliserer det med metalskinnen, som han fæstner med en række skruer på den øverste del af overarmsknoglen. Herefter lukker lægen såret med metalclips, og såret dækkes med et plaster.

Operationen varer cirka 1 time.

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

Du bliver udskrevet efter 1-2 dage.

SÅDAN FORBEREDER DU DIG

Vask dig grundigt før operationen
Tag et bad om 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, 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, drikke mælkeprodukter eller juice fra 6 timer inden aftalen. Det gælder også pastiller, bolsjer og tyggegummi.
- Du må gerne drikke klare væsker indtil 2 timer før aftalen. Det kan være vand, the og kaffe uden mælk, saftevand og juice uden frugtkød.
- For dit velbefindende før og efter narkosen, anbefaler vi, at du drikker et stort glas saft 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 huds naturlige farver.
- **Smykker.** Fjern løse dele såsom smykker, ur og ringe. Smykker er samlingssted for bakterier, der øger risikoen for infektion.
- **Daglige hjælpemidler**. Briller, høreapparat og tandprotese tager vi af dig lige inden narkosen.
- **Kontaktlinser**. Linser må du gerne beholde i. Fortæl dog sygeplejersken, hvis du bruger linser.

Medbring disse ting
Du skal medbringe:

- Medicinliste
- Medicin
- Toiletartikler
- Behageligt tøj og sko.

EFTER OPERATIONEN

Du er lokalbedøvet, når du vågner
I forbindelse med operationen får du lagt en blokade. Det er en lokalbedøvelse af nerverne i armen, som gør, at du ikke har så mange smerter, når du vågner. Blokaden virker i op til 12 timer. Blokaden kan føles som en lammelse af armen, men det går over igen. Se pjecen ”Indsprøjtning af blokade”, som du får udleveret.

Du får vejledning i at bruge armen
Fysioterapeuten vil vejlede dig i brug af armen efter operationen. Såfremt dit brud efter operationen er blevet stabilt, får du umiddelbart lov til at bruge skulderen aktivt, men uden belastning. Brug armslynge efter behov.

Såfremt bruddet er mindre stabilt, må du ikke bruge skulderen aktivt de første 6 uger, men skal i stedet lave passive øvelser. For at holde armen i ro skal du have en armslynge på. Du skal tage armen ud af slyngen flere gange dagligt, så du kan træne albue, håndled og fingre med venepumpeøvelser.

Du får genoptræning
Du får vejledning af en ergoterapeut dagen efter operationen, som vurderer, om du har brug for hjælpemidler eller hjælp til dine daglige gøremål.

Fysioterapeuten viser dig øvelser, som du skal lave hjemme og vil lave en genoptræningsplan, der sendes til kommunen, hvor du bor. Du vil derfra blive indkaldt til genoptræning.

NÅR DU KOMMER HJEM

Forvent hævelse og misfarvning
De første måneder vil ofte være præget af hævelse og smerte i skulderen. Du kan forvente misfarvning af skulder og overarm. Det er ganske ufarligt, og det er tegn på, at den eventuelle blodansamling omkring skulderen er ved at fordele sig og langsomt forsvinde.

Tag smertestillende medicin
Smerter kan du lindre med smertestillende medicin. Inden du tager hjem, får du udleveret en medicinliste og eventuelt en udtrapningsplan, som vi gennemgår med dig. Recepter på smertestillende medicin sendes 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.

Aftal at få fjernet operationsclips
Du skal selv kontakte din læge og bestille en tid til at få fjernet clips. De skal fjernes cirka 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. Plasteret er vandtæt, så du må gerne gå i brusebad med det.

Skift plasteret
Plasteret skal skiftes, hvis det har løsnet sig, eller der siver væske igennem. Derudover skal det skiftes hver 3.- 4. dag. Du få nye plastre med hjem, men når såret er tørt, er plaster ikke længere nødvendigt.

For at undgå snavs og lignende i såret skal du vaske dine hænder grundigt, før du skifter plastret. Hvis du ikke selv kan skifte plastret, kan du få brug for hjælp fra pårørende eller hjemmepleje. Vi sørger for, at du får hjemmehjælp, hvis du har behov for det.

Sygemeld dig
Varigheden af sygemelding afhænger af dit erhverv, idet du blot skal overholde anvisningerne for brug af armen efter operationen. Har du således ikke et skulderbelastende arbejde, vil du kunne nøjes med en kort sygemelding. Hvis du derimod har et erhverv, som belaster skulderen, skal du forvente at være sygemeldt i minimum 3 måneder. Hvis du har meget tungt fysisk arbejde, kan en længere sygemelding være nødvendig. Vi vejleder dig gerne i, hvor længe du bør være sygemeldt.

Undgå sport
Vi fraråder, at du dyrker sport inden for de første 6-8 uger, afhængig af sportsgren. Dyrker du sport på højt niveau, skal du påregne 3 måneders pause.

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.

Metalskinnen i overarmen behøver ikke at blive fjernet. Den kan dog nogle gange genere og kan i så fald fjernes, men først når armen er helet. 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