

Operation for springhofte eller trokanterbursit

Du skal opereres i hoften – enten for springhofte eller trokanterbursit. Operationen foregår i Dagkirurgisk Afsnit O6.

forventer, at du enten har en pårørende med, der kan køre dig hjem, eller at du har truffet aftale med en pårørende, der kan hente dig med kort varsel, når vi ringer.

SÅDAN FOREGÅR OPERATIONEN

Før operationen kommer kirurgen og taler med dig, og tegner på det område, som skal opereres. Derefter venter du på, at det bliver din tur.

Når du kommer ind på operationsstuen, får du overvågningsudstyr på til at måle din puls, dit blodtryk og iltindhold i blodet. Du får et drop i hånd eller arm til medicin og væske.

Før vi lægger dig i fuld bedøvelse, får du smertestillende og sovemedicin i dropet, og du får en blød plastikmaske holdt op til mund/næse, hvori der er ren ilt. Ren ilt lige op til bedøvelsen giver det bedste forudsætninger for en god bedøvelse.

Operationen forgår enten som en kikkertoperation eller ved åben kirurgi:

- Ved **kikkertoperation** opererer vi gennem to små huller på ydersiden af hoften.
- Ved en **åben operation** får du lagt omkring 10-15 cm langt snit på ydersiden af hoften.

Herigennem laver kirurgen en forlængelse af senen og fjerner eventuelt den irriterede slimsæk.

Til sidst bliver der lagt lokalbedøvelse omkring operationsarret. Vi tilstræber, at du vågner op med acceptable smerter eller er helt smertefri.

Når operationen er afsluttet, kommer du tilbage til Dagkirurgisk Afsnit O6. Her bliver du observeret for eventuel blødning og smerter. Vi anbefaler, at du holder dig i ro og ligger på det opererede område for at mindske blødning.

Når du har hvilet efter operationen, og vi kan se, at alt er gået godt, gør vi dig klar til at skulle hjem. Vi

SÅDAN FORBEREDER DU DIG

Mød fastende til operationen

Du skal faste inden bedøvelsen, så din mavesæk er helt tom. Møder du ikke fastende, kan vi være nødt til at aflyse din aftale. Følg derfor disse regler:

- Du må ikke spise fra 6 timer inden operationen. Du må heller ikke drikke mælkeprodukter.
- 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 bedøvelsen anbefaler vi, at du drikker et stort glas sød saft 2 timer før den planlagte undersøgelse eller behandling og derefter ingenting, indtil bedøvelsen er overstået.
- Du må indtage medicin ifølge aftale med anæstesilægen. Spørg, hvis du er i tvivl.

Hold huden intakt

Undgå kradsemærker og fjernelse af hårvækst i området i dagene op til operationen. Små rifter i huden øger risiko for infektion i forbindelse med operationen.

Vask dig grundigt før operationen

Tag et bad om aftenen eller morgenen, og vask dig grundigt med vand og sæbe – særligt på stedet for indgrebet. Undlad at smøre dig med creme, da det gør desinfektion vanskeligere. Tag rent tøj på. Undlad smykker, piercinger, ur og lignende genstande, der er samlested for bakterier. Så har du gjort det, du kan, for at mindske risikoen for infektion.

Fjern makeup og løse genstande

Af hensyn til hygiejne og sikkerhed under operationen skal du forberede dig således:

- **Makeup.** Fjern al makeup og neglelak. Under operationen skal vi kunne iagttage din hud's 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.

Køb smertestillende medicin samt plaster

Vi råder dig til på forhånd at købe smertestillende håndkøbsmedicin (paracetamol) eller Ibuprofen, så du har den til de første dage hjemme. Vandafvisende plastre kan også købes på apoteket.

Undlad at tage blodfortyndende medicin

Tager du blodfortyndende medicin, skal du undlade at tage det op til operationen. Du har aftalt med kirurgen, hvordan du holder pause.

Undlad forbrug af tobak og alkohol

Alkohol og rygning øger risikoen for komplikationer ved operation markant. Jo før, du stopper med at indtage alkohol eller ryge, jo bedre vil din krop kunne klare en operation. Tal med os eller din læge, hvis du har brug for vejledning til at nedsætte dit forbrug inden operationen.

NÅR DU KOMMER HJEM

Forvent at have smerter

Den lokalbedøvelse, som er sprøjtet ind under huden i forbindelse med operationen, virker cirka 4-6 timer. Dernæst kan du have behov for at tage smertestillende fra håndkøb – eller fra recept, hvis lægen har vurderet, at det er nødvendigt.

Bestil tid til at få fjernet sting

Du skal selv kontakte din læge og bestille en tid til at få fjernet operationstråd. Tråden kan fjernes 10-12 dage efter operationen.

Skift plaster efter 2 dage

Vi har som regel anbragt en sugende og komprimerende forbindelse på såret efter operationen. Fjern den først efter 2 dage. Anbring herefter et nyt plaster ovenpå arret. Personalet giver dig et par plastre med hjem, som passer til såret, og som du selv kan skifte ved gennemsivning og behov.

Beskyt arret mod sol

Undgå direkte sol på såret i den periode, hvor såret er rødviol i farven, da du ellers risikerer, at arret bliver mørkere pigmenteret og mere synligt. Køb eventuelt brun englehud på apoteket til at dække arret over med.

Sygemeld dig

Hvis du har et stillesiddende arbejde, kan du ofte starte på arbejdet få uger efter operationen. Har du et mere fysisk belastende arbejde, anbefaler vi en sygemelding på cirka 4-6 uger.

Brug krykkestokke de første 2 uger

Efter operationen skal du bruge 2 krykkestokke i de første 2 uger for at aflaste det opererede ben. Du skal være forsigtig, når du fører benet i en bevægelse indad og udad fra kroppen – altså ind mod dit andet ben og bort fra dig selv. Først efter 2 uger må du belaste benet fuldt ud.

Vi henviser dig til fysioterapeut på operationsdagen, så du får hjælp til, hvordan du må bevæge dig.

Aflast hoften, når du ligger ned

Efter operationen må du ligge på ryggen samt på begge sider, når du sover. I de første 3 uger anbefales det, at du benytter en pude mellem benene, når du ligger på siden. Det aflaster hoften, at benet ikke krydser kroppens midterlinje, men ligger i en lige vinkel ud fra kroppen.

Genoptag først sport efter et stykke tid

Du kan i mindre omfang begynde at cykle efter cirka 3 uger. Sport kan genoptages efter cirka 3 måneder.



eller tidligere, hvis der ikke er væsentlige gener ved det. Fremkalder aktiviteten større gener, skal du reagere på det.

KONTROL

De fleste patienter har fortsat lette gener efter 6 uger. Derfor kan vi først bedømme det endelige resultat af operationen efter 3-6 måneder. Efter cirka 3 måneder indkalder vi dig til kontrol i Idrætsklinikken.

KONTAKT OG MERE VIDEN

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



Kontakt

Sammedagskirurgisk Afsnit O6

Tlf. 97 66 66 12

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 9.00 – 15.00