

Information om operation av rotatorcuffskada

Operationen

Du ska/eller har blivit opererad i din axel med bortfräsning av ben på undersidan av skulderledens bentak och dessutom så har den trasiga muskulaturen fästs åter till överarmen. Musklerna är fästade med så kallade suturankare som håller det stadigt på plats. När musklerna varit trasiga en tid brukar de försvagas eftersom de inte varit använda och det tar ganska lång tid att träna upp dem igen. Det är viktigt att man har bra kontakt med en kvalificerad sjukgymnast. Vi använder oss av en träningsmodell som kallas Axelina. För träning, v g se nedan. Normalt skall man alltid ta ut underarmen ur axellåset eller slyngan och böja/sträcka i armbågsleden flera gånger om dagen. Du som fått en slynga att ha armen i kan använda den under cirka 3 veckor. Varje dag ska du ta ut armen och böja/sträcka armbågen. Vid behov kan slyngan endast användas nattetid för att inte ”tappa” armen. Du som istället fått ett axellås bör använda det under 3-4 veckor dygnet runt. Armen tas ur axellåset varje dag för att göra övningar (se träning). Vid operationen läggs en bedövning i operationsområdet som kan ha effekt i 1-2 dagar efter ingreppet. **Observera** att du inte får köra bil på 24 timmar efter narkosen.

Förbandet

Första dygnet kan det komma en hel del blodtillblandad vätska på förbandet. Förbandet ska vara orört i tre dygn. När du duschar ska du skydda förbandet så att det blir vattentätt med hjälp av plast och tejp. Efter 3-4 dagar kan du ta bort förbandet och tvätta med tvål och vatten. Sätt därefter på det medskickade MeporePro-förbandet. Nu kan du duscha som vanligt. Om du har kylförband får du använda det så länge det känns skönt. Stygnen tas bort efter cirka 2 veckor hos distriktssköterska, på mottagningen eller i hemmet.

Träning

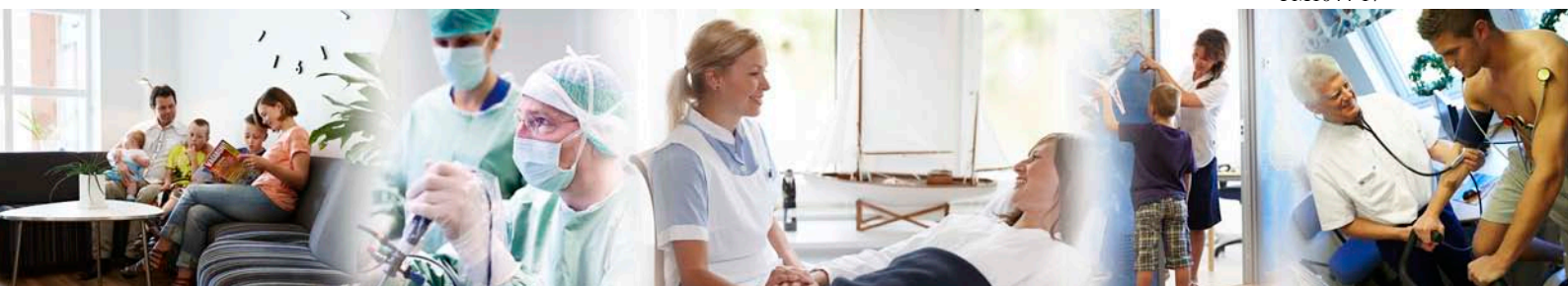
Träning sker med hjälp av sjukgymnast. De första tre veckorna ska du ha kvar slyngan/axellåset men ta ur armen dagligen för att göra pendelövningar. Det är viktigt att göra pumpövningar med handen och sträcka i armbågen så att det inte samlas blod i armen och handen, då kan armen svullna. Vanligtvis får du redan från början använda armen aktivt. Däremot får du inte lyfta upp armen rakt åt sidan förrän det gått cirka 4 veckor. I övrigt hänvisas till sjukgymnast.

Medicin

Du får recept på smärtstillande medicin att ta vid behov samt antiinflammatorisk medicin att ta i 10-12 dagar. E-recept skickas direkt till apoteket och kan hämtas på vilket apotek som helst i Sverige. Göm inte att ta med gällande identitetshandling.

Återbesök/Sjukskrivning

Sjukskrivningens längd är beroende av ditt yrke/sysselsättning. Återbesök enligt postoperativ regim i operationsberättelsen.



Kontakta oss

Om besvär uppstår eller du har andra funderingar eller frågor kan du ringa på tel 019- 21 79 83 måndagar och torsdagar kl 10.00-11.30 och tala med vår sjuksköterska på ortopedmottagningen.

Det går också bra att ringa vår tidsbokning på tel 019-21 79 10 vardagar kl 08.00 – 12.00. Vid akuta besvär var vänlig ring vår akuttelefon 019-21 79 24.

Telefonnummer till vår operationsplanering är 019-21 79 20 vardagar kl 08.00 – 16.00.