

Gäller för: Ortopedi

Innehållsansvar: Mustafa Ibrahim Ahmad, (musib1), Överläkare

Granskad av: Thomas Berglund, (thobe3), Överläkare

Godkänd av: Hans Svensson, (hansv16), Verksamhetschef

Giltig från: 2024-12-02

Giltig till: 2026-12-02

Hälsenerupturer - behandling

Revidering i denna version

Dokumentet reviderat. Giltighetstiden förlängd.

Syfte

Standardiserad handläggning av akilleseneruptur i enlighet med EBM (Evidence Based Medicine).

Vilka berörs

Ortopedkliniken

Åtgärder

Gemensamt behandlingsschema tillämpas oavsett om det sker en operativ eller icke operativ behandling. Eventuellt kan ROM-träning med flexionsträning tillåtas efter återbesök 1. Operationstillfället bedöms då som "akutbesök".

Trombosprofylax ges med injektion Fragmin 5000 E x 1 i 10 dagar till alla. Förlängd profylax vid anamnes på tidigare DVT, lungemboli eller vid andra kända riskfaktorer för DVT.

Akutbesök

Foten gipsas med underbensgips och foten i spets. Patienten får med sig ett par kryckor att hoppa med. Fram till återbesöket på ortopedmottagningen efter två veckor får patienten inte belasta sin fot.

Om patienten inte klarar att hoppa med kryckor tas kontakt med Fysioterapeut för utprovning av annat gånghjälpmedel.

Fysioterapeut finns tillgänglig **dagtid måndag-fredag** och kontaktas på **telefon 010- 43545 57**.

Om inte fysioterapeut finns tillgänglig på sjukhuset (kvällar och helger) så hänvisa patienten snarast till närmaste rehabmottagning på hemorten vid behov av annat gånghjälpmedel eller andra hjälpmedel för att klara sig i hemmet under gipstiden.

Patienten skall också få med sig patientinformationen för hälseneruptur.

Vid gipsproblem kontaktas ortopedmottagningen för eventuell justering eller omgipsning telefonnummer 010-435 39 00.

Vid skador äldre än 2 veckor ska individuell bedömning göras, diskutera med senior ortopedkollega. Ålder, associerade sjukdomar och funktionsnivå beaktas. Vid operation kan finnas behov av förstärkningsplastik.

Journalkopia skickas som remiss till fysioterapeut på NÄL/US för att kunna kallas inför återbesök. En jounalkopia ska också skickas till OTA för Walkerortos försörjning.

Återbesök 1 (efter två veckor)

Efter två veckor återbesök till läkare för avgipsning och bedömning. Patienten ska i samband med/eller nära anslutning till detta besök även träffa fysioterapeut. Byte till Walkerortos med med tre kilar hos OTA (ortopedteknisk avdelning). Ortosen ska användas dygnet runt. Gäller även vid dusch för konservativt behandlade rupturer. Om patienten genomgått operation är det tillåtet att ta av ortsen vid dusch, och även nattetid, om detta kan ske på ett säkert sätt.

Belastning med kryckor är tillåten, men med reducerad stegmängd. Lättare rörelseträning påbörjas.

Patienten tar själv bort den undre kilen efter fyra respektive sex veckors behandling.

Återbesök 2 (efter åtta veckor)

Återbesök till läkare för klinisk kontroll och avslutande av ortosbehandling. Mobilisering med belastning, rörelseträning och gångträning. Patienten träffar mottagningens fysioterapeut, i samband med eller nära anslutning till, avveckling av ortos för bedömning, rådgivning och träningsinstruktioner.

Patienten ska använda skor vid allt stående och gående, såväl utomhus som inomhus, fram till 4 veckor efter avveckling av ortosen. Skon bör ha ett naturligt ”drop” för att undvika töjning av senan. Vid behov provar fysioterapeuten ut korkkilar som läggs i skon.

OBS! Utskriven version kan vara ogiltig. Verifiera innehållet.

Återgång till idrott efter cirka fem månader, beroende på typ av idrott.

Återbesök 3 (efter tolv veckor)

Återbesök för slutkontroll till sjukgymnast på distriktsnivå. Vid tveksamhet beträffande funktion eller status-återkoppling till aktuell PAL (patientansvarig läkare).

För ytterligare information gällande rehabilitering vid hälseneruptur vg se.

[Hälseneruptur Fysioterapi NU](#)

Information om handlingen

Handlingstyp: Rutin

Gäller för: Ortopedi

Innehållsansvar: Mustafa Ibrahim Ahmad, (musib1),
Överläkare

Granskad av: Thomas Berglund, (thobe3), Överläkare

Godkänd av: Hans Svensson, (hansv16), Verksamhetschef

Dokument-ID: NU10097-1520354460-114

Version: 12.0

Giltig från: 2024-12-02

Giltig till: 2026-12-02