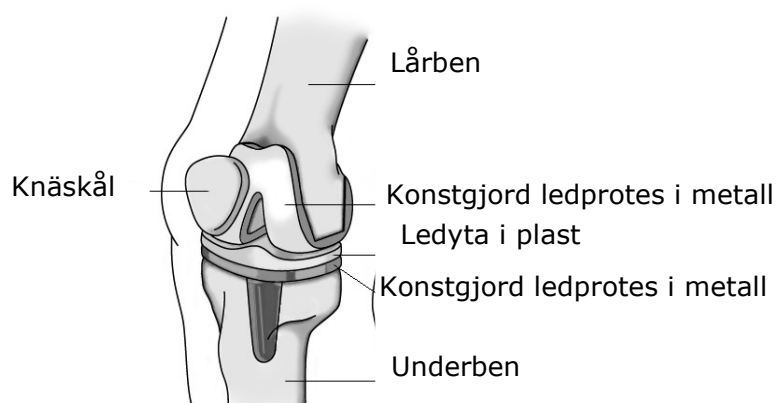


Patientinformation

Information till dig som ska opereras med knäplastik



När opererar man?

Operation med knäplastik görs när en knäled blivit förstörd av artros (ledsvikt) eller inflammatorisk sjukdom. Man måste även gjort en röntgen som visar att det finns så pass stora förändringar, så som ben mot ben. Eftersom en operation alltid är förenad med risker, utförs den endast på patienter som är svårt handikappade av sin sjukdom och där annan behandling ej är effektiv.

Vad innebär operationen?

Vid operationen rätar man upp felställningen i knäleden och ersätter de nedslitna ledytorna med konstgjorda ledytur av metall och plast (se figur). Man ersätter bara ledytorna och det är kroppens egna ledband som svarar för att knät är stabilt.

Vad kan man förvänta sig av en knäprotesoperation?

Målet med operationen är att knät ska bli smärtfritt och fullt belastningsbart med full sträck- och böjformåga till 90–110°. Har man bättre rörlighet än detta innan operationen, kan knät bli något stelare efteråt. Rörligheten innan operationen har betydelse för rörligheten efter operationen. Bra rörlighet innan operationen ökar således chansen till god rörlighet efter operationen. Dålig rörlighet innan operationen ökar risken för dålig rörlighet efter operationen. Har man god rörlighet innan kan man dock förlora lite rörlighet i samband med operationen.

Du använder gånghjälpmedel minst sex veckor efter operationen eller tills gånge känns säker, stadig och tills du inte haltar.

Knäproteser har opererats i ökad omfattning de senaste 20–25 åren. Resultaten på mycket lång sikt är inte helt kända, därför bör man helst inte operera yngre patienter. Vi vet idag att konstgjorda knäleder fungerar bra hos mer än 90% av patienterna 10–15 år efter operationen. De allra flesta knän fungerar bra även längre än så.

Vilka är riskerna?

Operationen är stor och förenad med vissa risker. De vanligaste komplikationerna är blodpropp, infektion och att den inopererade protesens lossnar. För att minska riskerna ges förebyggande mediciner i anslutning till och efter operationen.

Hur förbereder du dig inför operationen?

Du bör vara i gång så mycket som möjligt för att ha en allmänt bra kondition. Träning i bassäng och på motionscykel är bra. Om du är överviktig är det angeläget att du går ner i vikt för att minska belastningen på lederna. Du bör också träna sträckmusklerna och böjmusklerna i knät. Eftersom du kommer att använda kryckor efter operationen har du också stor nytta av att träna armmuskler och av att lära dig använda kryckkäppar.

I väntan på att du kallas för operation kommer en sjukgymnast/arbetsterapeut att kontakta dig för lån av kryckkäppar. När du får besked om operationsdatum ska du kontakta sjukgymnast på hemorten för att få träningstid med början 1–2 veckor efter operationen.

Före operationen

Cirka 14 dagar före operationen kallas du till sjukhuset för inskrivning. Under den dagen träffar du flera personer.

- Din behandlande läkare som skriver in dig och undersöker dig. Du får även ta blodprover, eventuellt EKG och röntgen vid behov.
- En inskrivningssköterska som bland annat har en genomgång om vad som händer innan och under vårdtiden.
- En narkosläkare som informerar om, och i samråd med dig bestämmer lämplig bedövningsform. I regel använder man en så kallad ryggbedövning (man är vaken men bedövad från midjan och ner) då denna ger de bästa möjligheterna för bra smärtlindring efter operationen.
- En sjukgymnast som informerar om träningen efter operationen.

När du läggs in på sjukhuset

Normalt sett läggs du in på sjukhuset operationsdagens morgon. Ta med stadiga skor och kryckor. Du får inte ha någon infektion när du ska opereras, då skjuts operationen upp.

Huden ska vara fin och fri från sår. Om du är tveksam kontakta då avdelningen. Du duschar med specialtvål kvällen före operationen och på operationsdagens morgon.

Operationsdagen

Operationen görs vanligtvis i ryggbedövning. Även om du är ryggbedövad kan du under ingreppet få sömnmediciner om du önskar. Du är på uppvakningsavdelningen cirka tre timmar tills ryggbedövningen upphör, därefter kommer du tillbaka till vårdavdelningen.

Behandling efter operationen

I slutet av operationen lokalbedövas knäleden. Denna bedövning varar i regel tills nästa dag. Dessutom får du kraftiga smärtstillande tabletter. Om du trots det har ont, kan du få ytterligare smärtlindring. Det är viktigt med djupandning och rörelseträning av fotleder för att förebygga lungproblem och blodpropp. Du ska redan på operationsdagen komma upp och gå med hjälp. Du fortsätter sedan träna enligt följande schema, se nästa sida.

- **Operationsdagen:** Rörelseträning av knäleden påbörjas med aktiv träning. Du får komma upp och gå med gåbord eller kryckor.
- **Första dagen efter operationen:** Fortsatt träning av rörlighet och styrka i knäleden. Du får gångträna med lämpligt gånghjälpmedel. Du får eventuellt åka hem, om du känner dig redo för det.
- **Andra dagen efter operationen:** Fortsatt träning som ovan samt trappträning och du beräknas skrivas ut till hemmet.

När du kommer hem

Du skall fortsätta träna enligt ditt träningsprogram samt gå till sjukgymnast på hemorten för fortsatt träning och uppföljning. Du kan gå kortare promenader med kryckor. Under de första 6 – 8 veckorna är knät och benet mera svullet och svullnar lätt vid ansträngning, vilket kräver att du lägger benet i högläge när du vilar. Viss svullnad och värmeökning kvarstår dock cirka 6 - 9 månader. Tänk på att du behöver hjälp i hemmet med tyngre sysslor som att handla och städa.

På avdelningen

Cirka tre veckor efter operationen får du komma tillbaks till avdelningen för att ta stygnen/agrafferna. Du får med dig en remiss vid utskrivningen. Det varierar hur länge man behöver kryckor men de första sex veckorna skall man gå med två kryckor. Utomhus kan man behöva kryckorna ytterligare några veckor. Du kan göra mycket med din nya knäled till exempel ta långa promenader, simma och cykla. Däremot skall du inte hoppa och springa. Det tar cirka ett år innan slutresultatet kan bedömas.

Att få sitt knä opererat är en arbetsam process som kräver motivation och vilja till träning. Som alla operationer är det förenat med vissa risker. Du måste vara informerad om dessa. I de flesta fall går operationen bra och man kan förvänta sig det också i ditt fall. Det flesta av våra patienter är mycket nöjda med sina nya konstgjorda knäleder. Om du behöver ytterligare information, är du välkommen att kontakta din behandlade läkare eller annan personal på ortopedkliniken.

På följande webbadress finns en patientfilm med information om din operation www.medfilm.se/nu-sjukvarden