

Patientinformation

Senskada i axeln – Rotatorcuffsyndrom

Dagkirurgi

Operation

Senskada i axeln är ett relativt vanligt problem och kan inträffa akut efter fall eller ryck i armen eller vara en följd av långvarig överbelastning på rotatorcuffens senor. Skadan beror ofta på att det är trångt mellan skulderbladets övre utskott (acromion) och ledhuvudet. Följden blir att den övre, (supraspinatus) eller den bakre (infraspinatus) senan kan gå sönder. Oftast leder det till svaghet, vilovärk och smärta när man försöker lyfta armen.

Vid operation skapas ett större utrymme mellan acromion och ledhuvudet i axelleden genom att ta bort slemsäcken samt mejsla av eventuella pålagringar på undersidan av acromion. Efter det försöker vi reparera den eller de senor som har släppt från sitt fäste på ledhuvudet.

Du kan antingen opereras med artroskopisk teknik (titthålsteknik) eller om skadan är större, öppen teknik via ett s.k. "minisnitt" i huden. Vi använder speciella "benankare" som har starka trådar. Med dessa fångas senändarna upp och knyts ner mot benet. Ibland kan senskadan ha stått för länge eller är för stor för att kunna lagas och då mejslas benet på acromion av för att minska trycket på ledhuvudet. Operatören avslutar operationen genom att spruta lokalbedövningsmedel i axeln. Detta ger smärtlindring upp till cirka tolv timmar.

Rökning

Vid all form av operation det viktigt att sluta röka. Det är viktigt för cirkulationen och för att ben och hud ska kunna läka. Det minskar risken för infektion

Du **ska hålla upp med rökningen sex veckor innan och sex veckor efter operationen**. Om du behöver hjälp att sluta röka be om remiss till rökavvänjningsköterska.



Efter operation

Efter operationen sys såret med vanliga stygn eller stygn som tas upp av kroppen. Armen fixeras med ett förband som skall användas i 3–4 veckor så att senskadan har möjlighet att läka.

Du får tillbringa några timmar på uppvakningsavdelningen efter operationen. Vanligtvis kan du sedan komma hem. Du ska ha någon i sällskap hemma första natten. Tänk på att du skall ordna någon som hämtar dig, då du inte får köra hem.

Hygien

Såret är skyddat av ett förband och det går bra att duscha snart efter operationen. Armförbandet tas av för hygien och för träning tre gånger per dag.

Sjukskrivning

Sjukskrivningstiden efter ingreppet varierar beroende på vilken typ av arbete du har. Har du ett arbete som innebär moment ovan axelhöjd, medför det att sjukskrivningstiden blir betydligt längre än om du har lättare arbetsuppgifter. Sjukskrivningstiden varierar från två veckor vid administrativt arbete till tolv veckor eller mer vid manuella yrken.

Smärtlindring

Förutom armförbandet får du också ett kylförband som lindrar smärtan och minskar svullnaden. Denna kan du använda så ofta och länge som du behöver första veckorna. Smärtan kan vara besvärande första dygnet. Du får ett E-recept på smärtstillande mediciner.

Kontroll av såret hos distriktssköterska

Såret kontrolleras hos distriktssköterskan efter cirka 14 dagar och eventuellt stygn tas då bort. Ibland använder operatören stygn som kroppen själv tar upp och då behövs inget besök hos distriktssköterskan.

Återbesök till läkare

Läkarbesöket sker efter fyra till sex veckor beroende på hur länge du behöver ha armen i låst läge. Ibland ges ytterligare ett eller flera återbesök innan du kan börja arbeta igen.

Angående patientavgifter i samband med vårdkontakter

Ortopedkliniken följer Västra Götalandsregionens regler kring patientavgifter. Du kan läsa vad ditt besök kostar på 1177.

Komplikationer

En vanlig komplikation efter ingreppet är att såret vätskar något, framför allt om titthålsteknik har använts. Detta är ofarligt och försvinner efter några dagar.

Om såret fortsätter att vätska så att förbandet blir fuktigt eller läcker får du ta kontakt med distriktssköterska, som då kan byta förbandet över såret. Ibland kan man få en lätt temperaturstegring under kvällen och de första dagarna efter operation.

Om du har kvarstående temperaturstegring, rodnad, värmeökning och successivt ökande smärtor kan det röra sig om en infektion. Du ska då ta kontakt med ortopedmottagningen eller din vårdcentral på dagtid. På kvällar och helger var god kontakta 1177.

Träning med fysioterapeut

Ta helst kontakt med en fysioterapeut redan före operation så att du kan planera besöken. Efter operationen får du en remiss till fysioterapeut. Vid första besöket som bör vara inom två till tre veckor bör ni gå igenom hemträningsprogrammet. Efter att armförbandet tagits av fortsätter träningen.

Från fyra veckor till cirka tre månader efter operationen sker rörelseträning av axelleden, träning av rörelsemönster och kroppshållning, styrketräning av skulderbladets muskler samt armlyft utan större belastning. Efter cirka 3–9 månader sker succesivt ökande belastning och styrketräning.

Träning efter en till fyra veckor. Hemträningsprogram

Armförbandet skall sitta på dygnet runt i tre till fyra veckor

Ta av armförbandet för träning tre ggr/dag träna i stående och gärna framför en spegel.

Operationsresultat

Ingreppet medför i de flesta fall att vilovärken försvinner. Vår förhoppning är också att senskadan läker fast mot ledhuvudets ben och att detta medför förbättrad lyftförmåga och styrka i armen. Resultatet kan oftast inte avläsas förrän efter 4–6 månader och efter långvarig fysioterapiträning.

Kontakt

Ortopedkliniken Uddevalla sjukhus/NÄL

Telefonnummer 010-435 39 00

Du ringer upp och blir anvisad en tid när vi ringer upp dig.

Knappval 1 (Sekreterare)

Telefontid, läkare, intyg, recept

Öppet måndag-torsdag 7.30-14, fredag 7.30-11.30

Knappval 2 (Sjuksköterska)

Medicinsk rådgivning, ombokning av återbesök, sjukreseintyg.

Öppet måndag-torsdag 7.30-14, fredag 7.30-11.30

Knappval 3 (Sekreterare)

Remissbesök, väntetider, av- och ombokning av remissbesök.

Öppet måndag-fredag 7.30-11.30

Knappval 4 (Sjuksköterska)

Planerad operation

Öppet mån-tors 07.30-14

Innehållsansvariga

Ioannis Karikis, överläkare

Jessica Larsson, medicinsk sekreterare