

Patientinformation

Ganglion fot

Dagkirurgi

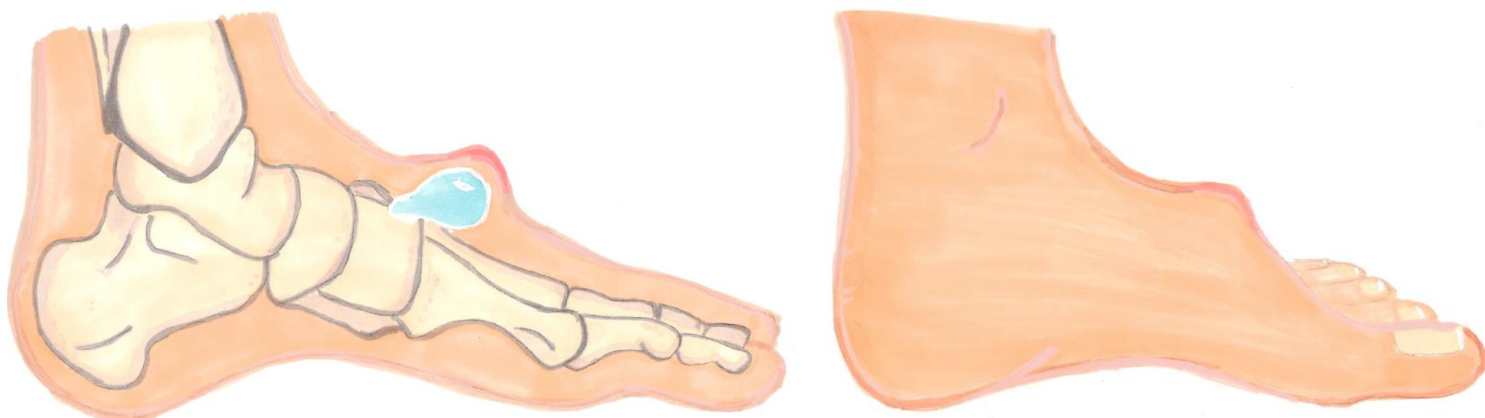
Ganglion

Ett ganglion är en godartad vätskefylld utbuktning från en led eller senskida, oftast stor som en ärta, men kan variera i storlek. Orsaken är okänd men kan bero på artros i underliggande led, tidigare skada, irritation eller överbelastning i sena/led, men uppstår oftast utan orsak. Ganglion uppstår ofta på ovansidan foten, vid vristen eller runt tårna.

Ett ganglion är ofarligt men kan orsaka smärta eller obehag när den kommer i kläm men är oftast mer kosmetiskt besvärande. Ibland kan man känna domning eller stickning, om gangliet trycker mot en nerv.

Före operation

Ganglion behöver inte alltid opereras, det kan försvinna av sig själv. Man kan testa byte av skor eller avlastning. Man kan man testa punktion i kombination med kortison. Risken är stor för att ganglion kommer tillbaka.



©Jessica Larsson

När rekommenderas operation?

Gangliet orsakar smärta, det stör gång eller skoval. Om gangliet återkommer efter upprepade punktioner. Om gangliet sitter på ett ställe där trycket från skor inte går att lösa.

Operation

Operationen görs i lokalbedövning och ingreppet tar cirka 45 minuter. Bedövning läggs runt området. Det görs ett litet hudsnitt över gangliet och gangliet och dess stjälk (förbindelsen till led/sena) tas bort. Syret sys ihop och du får ett förband.

Rökning

Vid all form av en fotoperation är 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 med att sluta röka be om remiss till rökavvänjningsköterska.

Efter operation

Närmast huden har du ett operationsförband. Foten lindas för att minska svullnad. Detta ska sitta på tills stygnen tas bort efter två veckor. Om det blöder igenom när du är nyopererad, förstärk förbandet med ytterligare kompresser och elastisk linda. Om förbandet är blodigt, smutsigt eller vått kan det bytas under rena förhållanden. Du kan vanligtvis åka hem samma dag. Rekommendationen är att inte köra bil efter operationen.

Belastning

Vila foten och håll den högt för att minska svullnaden. Undvik trånga skor. Smärta och svullnad är vanligt i några dagar-veckor. Man får gå lätt på foten direkt eller efter några dagar, ofta till smärtgränsen. Tyngre belastning och träning efter 4–6 veckor. Full återhämtning kan ta upp till 8–12 veckor.

Hygien

Du kan duscha efter operationen men det är viktigt att förbandet hålls torrt. Använd en plastpåse eller en duschstrumpa över förbandet i samband med dusch. Duschstrumpa kan köpas på apoteket eller ortopedmottagningen. Dagen efter att bandage och stygn tagits bort kan du duscha som vanligt.

Sjukskrivning

Sjukskrivning behövs sällan med det beror på vilken typ av arbete du har.

Smärtlindring

Du tar Paracetamol, till exempel Alvedon (rekommenderad dos enligt förpackningen) den första tiden efter operationen. Ytterligare smärtlindring erhåller du information om före hemgång. Kraftig smärta kan tala för att förbandet sitter för hårt. Ta då av lindan som sitter ytterst och lätta på trycket. Innanför finns ett plastat förband som du låter sitta kvar. Vid behov kontaktar du sköterska på ortopedkliniken.

Svullnad

Alla fotoperationer svullnar länge, ibland flera månader. Sitt med foten i högläge och gärna fotändan i sängen (lägg en kudde under madrassen). Högläge minskar också smärtan efter operationen.

Risker och komplikationer

Det finns alltid en risk för infektion eller blödning. Mindre nervskador med visst känselbortfall är relativt vanligt, men ger sällan bestående besvär, oftast återkommer känseln inom några månader. Det kommer bli en ärrbildning men massera och smörj ärret när såret är läkt. Det finns en risk (5–20%) för återfall av ganglion.

Den vanligaste komplikationen är infektion, denna är oftast ytligt och kräver endast sårvård, ibland antibiotika. Djup infektion är mycket ovanligt. Om du misstänker infektion (mer smärta, feber, allmän sjukdomskänsla) kontaktar du mottagningen. Mindre nervpåverkan med känselbortfall i operationsområdet förekommer.

Blodpropp är ovanligt och motverkas med rörelseträning och högläge. Fysioterapeuten instruerar dig på vårdavdelningen. Du får också förebyggande blodförtunnande.

Om du misstänker någon komplikation vänder du dig till sjuksköterska på ortopedmottagningen alternativt din distriktssköterska.

Återbesök till läkare

Läkarbesök krävs i regel inte. Eventuellt får du en uppföljande telefontid efter tre månader.

Angående patientavgifter i samband med vårdkontakter

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

Kvalitetsregister

Nationella kvalitetsregister används för att utveckla och stärka vårdens kvalitet. Du kommer att ingå i ett register och ditt deltagande kan hjälpa till att förbättra vården. Dina personuppgifter skyddas i sekretess i kvalitetsregister, på samma vis som din journal. Meddela sjuksköterska eller läkare om du inte vill delta i det nationella kvalitetsregistret.

Kontakt

Ortopedkliniken Uddevalla sjukhus/NÄL

Telefonnummer 010-435 39 00

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

Knappval 1 (Sekreterare)

Telefontid, läkare, intyg, recept

Öppet måndag-torsdag 7.30-14.00, fredag 07.30-11.30

Knappval 2 (Sjuksköterska)

Medicinsk rådgivning, ombokning av återbesök, sjukreseintyg.

Öppet måndag-torsdag 7.30-14.00, fredag 7.30-11.30

Knappval 3 (Sekreterare)

Remissbesök, väntetider, av- och ombokning av remissbesök.

Öppet måndag-fredag 07.30-11.30

Knappval 4 (Sjuksköterska)

Planerad operation

Öppet måndag-torsdag 07.30-14.00

Innehållsansvarig

Sinan Abdulla, överläkare

Jessica Larsson, medicinsk sekreterare