augusti 2026

Information till dig med

Axelprotes

VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN

Allmänt

Det används två olika typer av axelproteser:

1. Anatomisk totalprotes: Liknar den normala anatomin. Både ledhuvudet på överarmsdelen och ledskålen på skulderbladet byts ut.
2. Omvänd totalprotes: Ledkomponenterna byter plats med varandra. Ledkulan sätts fast på skulderbladet och ledskålen på överarmen.

Smärtlindring

Under operationen kommer du troligtvis få en blockad i armen som gör att den blir bedövad upp till ett dygn efter operationen. När den släpper får du smärtstillande tabletter. Kylförband är bra smärtlindring, använd i perioder om cirka 20 minuter för bästa effekt. Det är viktigt att hitta en god smärtlindring för att kunna komma i gång och röra sig.

Axelförband

Armen ska avlastas med axelförband dygnet runt i 2 veckor. Förbandet ska tas av dagligen för att sköta hygien och träning. Du kan vara utan axelförbandet tidigare under lättare vardagliga sysslor förutsatt att smärta och/eller obehag inte ökar.

Efter 2 veckor kan axelförbandet successivt avvecklas och används då främst i smärtlindrande syfte.

Restriktioner

Under de första sex veckorna bör du **inte**:

- röra armen på ett sätt som ger kvarstående ökad smärta i axeln
- ta stöd med armen när du reser dig från säng/stol
- föra handen/armen bakom ryggen/sätet
- lyfta/bära tungt
- belasta armen med din kroppsvikt på gånghjälpmedel, du får använda det som balansstöd

Vilopositioner och svullnadsprofylax

Liggande: för att minska svullnad och smärta rekommenderas du använda stöd under överarmen så att armen inte hamnar bakom kroppen. Handen ska var högre än armbågen, armbågen högre än axeln.



Sittande: lägg kuddar som stöd under hand och underarm.

Hygien, påklädning



Ta av axelförbandet dagligen för att sköta hygien och byta kläder.

När du ska tvätta dig under armen kan du luta dig snett framåt med armen hängandes längs sidan. Tänk på att torka dig ordentligt i armhålan efter tvätt.

Den här positionen underlättar också när du ska ta av och på kläder. Börja med den friska armen när du klär av dig. Börja med den skadade armen när du klär på dig.

Komplikationer

Komplikationer kan uppstå vid alla operationer, men är relativt ovanliga. Det är viktigt att du är medveten om de komplikationer som kan uppstå efter operationen.

Infektion är den allvarligaste komplikationen som utgörs av sårinfektion som sprider sig till protesen. Sårförbandet skyddar såret under läkningstiden och skall ej lossas förrän suturerna tas bort efter cirka 3 veckor.

Symtom att vara uppmärksam på:

- Feber
- Ökad rodnad och värmeökning i operationsområdet
- Ökad smärta
- Läckage av sårvätska

Kontakta ortopedimottagningen, akutmottagningen eller sjukvårdsrådgivningen 1177 om du misstänker infektion.

Fortsatt rehabilitering och uppföljning

Det är viktigt att du tränar enligt ditt träningsprogram. Vi rekommenderar att första besöket till fysioterapeut på hemorten sker 1-2 veckor efter utskrivning. Du bokar besöket själv.

Du kallas till återbesök på ortopedimottagningen för sårkontroll och suturtagning cirka 2-3 veckor efter operationen.

Vanliga frågor

När kan jag använda min arm som stöd på gånghjälpmedel?

– Tidigast efter 6 veckor får du börja belasta fullt på ett gånghjälpmedel. Direkt efter operation får du använda armen på ett gånghjälpmedel som balansstöd.

När kan jag köra bil?

– Det är ditt eget ansvar att bedöma när du kan framföra en bil på ett säkert sätt. Det är många faktorer som påverkar när det kan bli lämpligt med bilkörning, bland annat vilken arm du har opererat, styrka och rörlighet i axeln. Rådgör med din fysioterapeut på hemorten.

Hur länge ska jag utföra programmet jag fick på avdelningen?

– Tills du träffar fysioterapeut på hemorten.

Hur lång tid tar det innan jag blir bra?

– Det tar lång tid att träna upp bra funktion, räkna med minst 6-12 månader för en funktionsduglig axel.

Får jag ligga på sidan?

– Du får ligga på den opererade sidan så fort du själv tycker det känns bra. Den icke-opererade armen kan du ligga på direkt efter operationen.

Får jag använda armen vid matlagning, städning och när jag tvättar?

– Direkt efter operationen får du börja använda armen till lättare aktiviteter: t.ex. äta med bestick, tvätta händerna och knäppa knappar så länge smärtan inte ökar. Aktiviteter i hemmet som medför tyngre belastning ska du undvika under de första 6 veckorna, t ex dammsuga och hänga tvätt.
– Rådgör med din fysioterapeut om lämpliga vardags-aktiviteter.

Vilket material är protesen gjord utav?

– Titan eller rostfritt stål.

Kontaktuppgifter

Lidköping

Rådgivning ortopedi
0510-851 21
Måndag och torsdag 7:30-11:00

Sjuksköterska
0510-851 40
Måndag - torsdag dygnet runt. Fredag dagtid.

Arbetsterapi/Fysioterapi, Skaraborgs Sjukhus Lidköping
0510-854 06

Skövde

Ortopedimottagningen Skaraborgs Sjukhus Skövde
0500-43 18 48

Arbetsterapi/Fysioterapi, Skaraborgs Sjukhus Skövde
0500-43 12 58

VGR17075