



Information till dig som ska opereras för skolios

Neuromuskulär skolios



Inför operation

Hjälpmedel

Det kan finnas behov av att byta ut eller justera redan befintliga hjälpmedel innan operationen. Vissa hjälpmedel behöver beställas i god tid på grund av lång leveranstid. Kontakt tas med habiliteringen innan operation vid behov.

För att möjliggöra ett tryggt och komfortabelt sittande är det viktigt att rullstolen har hög rygg och nackstöd. Rullstolstolen ska vara tiltbar. Används en formgjuten sits behöver den bytas ut till en plan sittdyna och ryggdel inför operationen.

De hjälpmedel som används i vardagen eller de som förväntas behövas efter operationen ska tas med till avdelningen inför operationen.

Hjälpmedel att ta med till avdelningen

Rullstol

- Hög rygg och nackstöd
- Tiltbar rygg och sits

Lyftsele

- Hög rygg och förstärkt med latter (skenor)
- Förstyvade bendelar

Hygienstol

- Tiltbar rygg och sitsvinkel
- Nackstöd

Andningshjälpmedel

- Exempelvis CPAP/BiPAP, PEP-mask, hostmaskin

Efter operation

Andningsträning

Det är viktigt att andningsträna efter operationen. Om du redan utför andningsgymnastik innan operationen ska du fortsätta med det så snart som möjligt efter operation. Fysioterapeuten på sjukhuset instruerar och stöttar dig i andningsträningen.

Förflyttning

Om du vanligtvis är gångare får du stå och gå som vanligt. Om du vanligtvis förflyttas med hjälp av lyft och lyftsele eller förväntas behöva använda efter operationen ska lyftsele tas med till avdelningen. Arbetsterapeut, fysioterapeut och vårdpersonal hjälper till med förflyttningar på avdelningen.

Sitta

Efter operationen är det viktigt att komma upp till sittande på sängkant eller i rullstol så snart som möjligt. Arbetsterapeuten ser över sittpositionen i rullstolen och justerar inställningarna vid behov.

Vad ska undvikas?

De första sex månaderna ska du undvika häftiga rörelser, kraftiga böjningar och ryggvridningar.

När du kommer hem

Aktivitetsbalans

Det är viktigt att successivt öka vardagliga aktiviteter efter hemkomst. Det är bra att variera sittande i rullstolen genom att ändra vinkel av sits och ryggstöd kontinuerligt. Sitt gärna uppe flera gånger under dagen i stället för en lång stund. Sträva efter balans mellan aktivitet och vila under dagen.

Träning

Det går bra att börja ståträna i ståskal efter operationen när kraften för det finns. Efter två till tre månader går det bra att börja simma eller träna i vatten. Sex månader efter operationen går det bra att utföra den vanliga träningen och aktiviteter.

Återbesök

Första återbesöket sker cirka tre månader efter operationen och andra gången efter cirka nio månader.

Kontakt

**Kontakta oss i första hand på 1177.se, våra e-tjänster.
Logga in på 1177.se och lägg till mottagning:**

- **Fysioterapi Sahlgrenska**
- **Arbetsterapi Sahlgrenska**

Telefon vid behov:

Fysioterapi Sahlgrenska
Arbetsterapi Sahlgrenska

Telefon: 031-342 11 95
Telefon: 031-342 22 91