

Inför din spasticitetsoperation

Högfunktionsregim

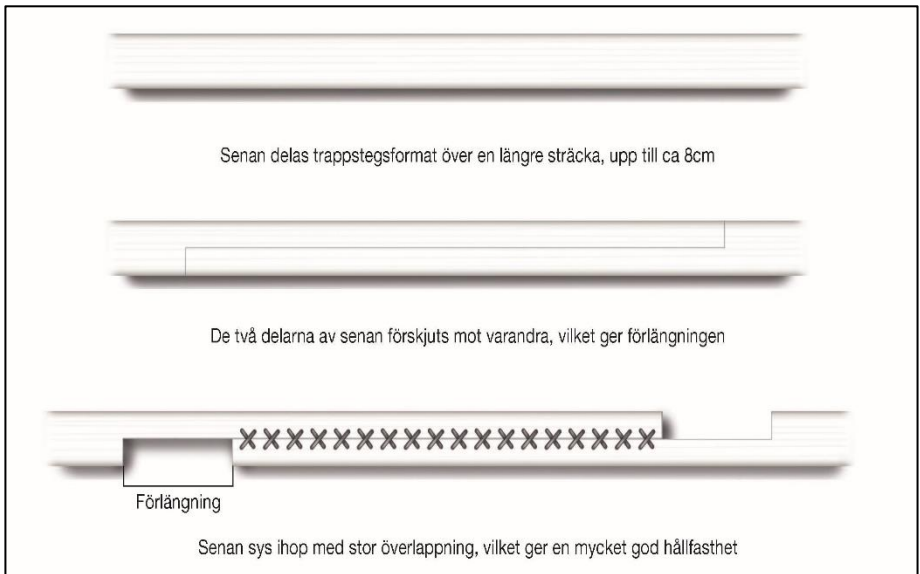


Spasticitetsoperation

Efter skada på ryggmärg eller hjärna är spasticitet ett vanligt problem. Spasticitet är en ofrivilligt och onormalt förhöjd tonus (spänning) i muskulaturen och beror på skada i det centrala nervsystemet (ryggmärg eller hjärna). Den ökade muskeltonusen försvårar automatiska och viljestyrda rörelser – det centrala nervsystemet kan inte längre styra musklerna.

Så här går operationen till

Vid operation av spasticitet görs senförlängning, dvs att senorna till de drabbade musklerna förlängs, vilket gör att spänningen minskar. Nedan visas en schematisk bild som ett exempel på hur detta går till.



Schematisk bild över hur senförlängning utförs

Målsättning

Målet med operationen är att öka din förmåga att använda arm och hand i det dagliga livet.

Inför operationen

I samband med operationen är du inlagd på avdelning 233 på Mölndals sjukhus. I slutet av broschyren finns ett exempel på hur operationsveckan kan se ut. Om du har funderingar kring vistelsen på avdelning 233 så är du välkommen att kontakta vårdpersonalen på tel. 031-3428533.

Hygienförberedelser: kom ihåg att duscha enligt de instruktioner som du fått hemskickat, innan du kommer till avdelningen.

Dagen innan operationen, inskrivningsdagen, är det viktigt att du infinner dig på avdelningen den tid som står i ditt kallelsebrev, eftersom det är flera olika yrkeskategorier som behöver träffa dig inför operationen. Ansvarig handkirurg träffar dig för att gå igenom det sista inför operationen. Arbets- och fysioterapeut gör bedömningar av bland annat spasticitet och rörlighet. Du behöver också träffa narkosläkare samt ta vissa prover.

Har du svårigheter att komma till avdelningen enligt den tid som står i ditt kallelsebrev är det därför viktigt att du meddelar vår koordinator i god tid. Om du har lång resväg och vill övernatta på hotell, kan du kontakta vår koordinator och få förslag på hotell i närheten.

Efter operationen

Ortos: På morgonen dagen efter operationen tillverkar vi en individuellt anpassad ortos (skena) för din arm/hand. Ortosen ska du ha på dygnet runt de 3 första veckorna, den får bara tas av vid rörelseträning. När det har gått 3 veckor ska du fortsätta ha ortosen nattetid tills det gått minst 3 månader sedan operationen. Nedan ser du ett exempel på hur ortosen kan se ut. Tänk på att ta med kläder med vida ärmar som går att få över ortosen.



Exempel på hur en ortos kan se ut

Rörelseträning: Rörelseträning påbörjas dagen efter operationen, med hjälp av arbets- och fysioterapeut. Vi går igenom ett träningsprogram som du fortsätter göra 4 gånger dagligen när du kommer hem, vilket är viktigt för att optimera effekten av operationen. Du (och eventuell assistent) ansvarar för träningen men du kan få stöd av arbets- eller fysioterapeut i primärvården om du har en sådan kontakt. Ta gärna med telefonnumret för överrapportering i så fall.

Restriktioner

Belastning: Med ortosen på får armen användas i vardagen direkt när du kommer hem, tung belastning får dock inte utföras. Efter 3 veckor får du använda armen i vardagen utan ortos.

Personlig vård: Vid dusch behöver armen/handen skyddas med en plastpåse tills operationssåret har läkt (minst 3 veckor). Om du är rullstolsbrukare kan en mobil hygienstol underlätta vid dusch och toalettbesök.

Förflyttningar

- **Köra rullstol:** det går bra att använda både manuell rullstol och elrullstol efter operationen, men det kan bli svårt att köra långa sträckor manuellt pga ortosen. Det finns olika tekniker för att köra rullstol, se bild. Vi hjälper dig med teknik, råd och vid behov anpassning av ortosen.
- **Gånghjälpmedel:** om du använder gånghjälpmedel kontakta fysioterapeut/arbetsterapeut i hemsjukvården eller din rehabmottagning för att prova ut gånghjälpmedel som kan användas under restriktionstid dvs avlastning av opererad arm.
- **Till/från rullstol:** underarm och hand får inte belastas vid förflyttning de första veckorna. Om du normalt använder glidbräda får du stödja på armbågen enligt bild till höger längst ner på sidan. Träna på en ny förflyttningsteknik tillsammans med fysioterapeut eller arbetsterapeut innan du kommer in för operation.



Tekniker för rullstolskörning



Tekniker för förflyttning till/från rullstol

- **Bilkörning:** Om du normalt brukar köra bil i din vardag behöver du förbereda dig på att det inte är tillåtet att köra bil de första 8 veckorna efter operationen. Denna tid kan variera något beroende på typ av operation.

Förändrat hjälpbehov

Perioden med restriktioner efter operationen kan medföra att du tillfälligt inte kan utföra vissa moment i din personliga vård som du brukar. Det kan därför vara så att du får ett ökat hjälpbehov under denna period. Om du bedömer att du behöver utöka din assistans eller hemtjänst, eller ansöka om att få börja med hemtjänst, behöver du planera det i god tid innan operationen.

Efter operationen kan du vara i behov av vissa hjälpmedel. Kontakta vården i din hemkommun i god tid innan operationen om det är aktuellt för dig. Exempel på hjälpmedel som kan vara aktuella:

- Förflyttningshjälpmedel, exv glidbräda, lyft
- Annat gånghjälpmedel än du brukar använda, exv rollator

- Mobil duschstol

Fortsatt uppföljning

En träningsvecka på Mölndals sjukhus planeras in 3 veckor efter operationen. Vi följer då upp träningsprogrammet och påbörjar träning i vardagliga aktiviteter. För exempel på schema för denna vecka, se nästa sida.

Ytterligare uppföljningar planeras vanligtvis in 3, 6 och 12 månader efter operationen för att utvärdera dess resultat. Vi har förutom på Mölndals sjukhus även regelbundna uppföljningar på Spinalikliniken (Stockholm), Orupsjukhuset (Skåne), Sunderby sjukhus (Norrbotten) samt Universitetssjukhusen i Örebro och Linköping. Om du kommer från någon av dessa regioner har vi som målsättning att planera in uppföljning där. Vi kommer även kunna ha videomöten om ett mottagningsbesök är svårt att få till. Om du mellan uppföljningarna har några frågor, går det bra att kontakta oss på mail, telefon eller via 1177.

Vid akuta ärenden ska du vända dig till den ordinarie sjukvården i den region du bor i.

Exempel på schema för operationsveckan

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
---------------	---------------	---------------	----------------	---------------

10.00 Inskrivning Bedömning arbets-och fysioterapeut Möte med: - handkirurg - narkosläkare Provtagning	Operation	Information handkirurg och team Omläggning samt tillverkning av ortos Träning ca 3 gångar under dagen	Träning 4 gångar under dagen Genomgång av hemprogram	Omläggning Uppföljning av ortos och hemprogram Hemgång kring lunch
--	-----------	--	---	---

Exempel på schema för träningsveckan:

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
10.00 Inskrivning Borttagning av stygn Uppföljning av arbets-och fysioterapeut Justering av ortos	Uppföljning av ortos Träning 3-4 gångar under dagen	Träning 3-4 gångar under dagen Uppföljning handkirurg	Träning och genomgång av nytt hemprogram Ev. hemgång	Ev. fortsatt inliggande för träning

Kontakt

Kontakta oss via 1177.se, telefon, eller e-post. Observera att vi bara är kontaktbara vardagar kl. 08.00–16.00. Under helger och semestertider har vi stängt. **Vid akuta tillstånd kontakta sjukvården i den region du bor i.**

Telefonnummer

Operationskoordinator Maja Petterson	031 343 03 25
Arbetsterapeut Johanna Wangdell	0702 99 21 12
Arbetsterapeut Therése Ramström	0761 35 74 16
Fysioterapeut Lina Bunketorp Käll	0700 85 25 96
Fysioterapeut Kasia Swiderska	0720-73 24 30
Sjuksköterskeexpedition, avd. 233	031 342 85 33
Växel Mölndal/Sahlgrenska sjukhuset	031 342 10 00

E-post

careinfo@vgregion.se

Besöksadress

Centrum för avancerad rekonstruktion av extremiteter
Länsmansgatan 28
Målpunkt D, plan 5
Mölndals sjukhus
431 30 Mölndal

Hemsida

<https://www.sahlgrenska.se/omraden/omrade-3/verksamhet-handkirurgi/enheter/centrum-for-avancerad-rekonstruktion-av-extremiteter>