

Gäller för: Verksamhet Arbetsterapi och fysioterapi
Innehållsansvar: Louise Lindberg, (louli9), Fysioterapeut
Granskad av: Lotte Segerdahl, (lotse1), Fysioterapeut
Godkänd av: Sara Jarl, (sarja4), Verksamhetschef

Giltig från: 2026-04-21

Giltig till: 2028-04-20

Rygg – operation av idiopatisk skolios (barn) - FYS

Förändringar sedan föregående version

Inga förändringar sedan föregående version.

Sammanfattning

Denna rutin gäller rehabilitering efter operation av skolios hos barn/ungdomar med idiopatisk skolios. Rutinen gäller för samtliga fysioterapeuter som ansvarar för rehabiliteringen av patienter behandlade inom verksamhetsområdet ortopedi, Sahlgrenska universitetssjukhuset.

Bakgrund och syfte

Syfte

Syftet med dokumentet är att tydliggöra vilka riktlinjer som gäller vid postoperativ rehabilitering efter kirurgisk behandling av idiopatisk skolios på Sahlgrenska Universitetssjukhuset och att uppnå god patientsäkerhet.

Syftet med rehabiliteringen är:

1. Förbättrad kondition och muskelkontroll
2. Förbättrad hållning för att på så sätt minska belastningen av ryggen
3. Aktivt förhållningssätt för att minska smärta och undvika rörelserädsla
4. Återgång till att utföra sina vardagliga aktiviteter, återgång i skolarbete och i fysisk aktivitet

Bakgrund

Vid större skolioskrökar (>ca 50 gr) finns det risk att skoliosen fortsätter att öka efter att barnet har vuxit färdigt. Den bästa behandlingen på sikt är då en operation. Ryggraden rätas då upp med metallstag och skruvar. Samtidigt görs en steloperation.

Avgränsningar

Denna rutin gäller rehabilitering efter operation av skolios hos barn/ungdomar med idiopatisk skolios. Rutinen gäller för samtliga fysioterapeuter som ansvarar för rehabiliteringen av patienter behandlade inom Verksamhet Ortopedi, Sahlgrenska universitetssjukhuset.

De patientgrupper som omfattas är barn/ungdomar med adolescent eller juvenil idiopatisk skolios. Rutinen kan också gälla för vissa fall av kongenital skolios.

Utförande

Arbetsbeskrivning – Fysioterapeutisk behandlingsplan

Behandlingsmål

Att genom tidig mobilisering förebygga postoperativa komplikationer.

Att genom information och träning lära patienten att förflytta sig och röra sig på ett sätt som inte belastar ryggen mer än nödvändigt under läkningstiden.

Att lära patienten ett aktivt förhållningssätt för att minska smärta och undvika rörelserädsla.

Att patienten successivt ska kunna återgå till att utföra sina vardagliga aktiviteter och återgå till skolarbete och fysisk aktivitet/träning.

På skoliosmottagningen vid beslut om operation

Efter beslut om operation hos läkare på skoliosmottagningen träffar patient och förälder/föräldrar fysioterapeut för information om operationen samt om postoperativ regim, restriktioner och träning. De får också en informationsbroschyr.

Preoperativt

Vid inskrivningssamtalet före operationen får patienten (med föräldrar) en informationsbroschyr från fysioterapeut av sköterskan med information om postoperativ regim, restriktioner, ergonomi och träning.

Postoperativt på vårdavdelningen

På operationsdagen mobiliseras patienten av personal på uppvakningsavdelningen.

På vårdavdelningen instruerar fysioterapeut andningsträning, förflyttnings- och gångteknik, ergonomi, ger information om regim och restriktioner. Kontroll av hållning. Genomgång av träningsprogram. Stående längd mätes.

Träning och aktiviteter efter operationen

De första 2 månaderna består träningen av dagliga promenader och postoperativt träningsprogram, därefter simning, cykling och ev. jogging på mjukt underlag.

2 - 3 månader postoperativt påbörjas stabilitetsträning av bålmuskulatur.

Efter 6 månader får patienten delta i skolgymnastiken, leva som vanligt och utöva träning som inte innebär stor belastning eller stora risker.

Efter 9 – 12 månader är all träning tillåten.

Viktigt att tänka på

Det tar ca 9 – 12 månader för steloperationen att läka.

Träning av benmuskler och lyfteknik minskar belastningen på ryggen.

Viktigt att träna bålmuskulaturen.

Medvetet avsteg från rutinen dokumenteras i journalsystemet om rutinen är kopplad till patient. Övriga orsaker till avsteg från rutinen rapporteras i MedControl Pro.

Restriktioner

Vid simning ej voltvända, dyka i eller hoppa i de första 6 månaderna. Vid cykling undvika gupp/trottoarkanter de första 6 månaderna.

De första 6 månaderna efter operation ej vara med på skolgymnastiken, undvika tunga lyft samt flexion i kombination med rotation och belastning.

Undvika riskfyllda aktiviteter som till exempel viss ridning, kontaktsporter (matcher), vissa åkattraktioner på nöjesfält och studsmatta till 9 månader efter operation.

Bör alltid undvika träning i belastade ytterlägen, fallskärmshopp, bungyjump.

Uppföljning

Återbesök på skoliosmottagning

2 – 3 månader efter operationen. Genomgår kontrollröntgen, träffar läkare samt fysioterapeut

9 månader efter operationen. Genomgår kontrollröntgen och träffar läkare. Träffar fysioterapeut endast om behov föreligger.

Relaterad information

Patientinformation

[Till dig som ska opereras för skolios – barn och ungdom](#)

Träningsprogram

Träningsprogram för nacke, axlar och skuldror (postop skolios)

Träningsprogram skolios 2 - 3 månader postop

Dessa träningsprogram går att finna i Exorlive – Fysioterapi Sahlgrenska Universitetssjukhuset

Arbetsgrupp

Louise Lindberg, Fysioterapeut, Fysioterapi Sahlgrenska Universitetssjukhus

Lotte Segerdahl, Fysioterapeut, Fysioterapi Sahlgrenska Universitetssjukhus

Bogdanka Jazvin, Fysioterapeut, Fysioterapi Sahlgrenska Universitetssjukhus

I samråd med Per Wessberg, Överläkare, Ortopedkliniken Sahlgrenska Universitetssjukhuset

Källförteckning

Kim HJ, Blanco JS, Widmann RF. Update on the management of idiopathic scoliosis. Current opinion in pediatrics. 2009;21(1):55-64.

Lee SM, Suk SI, Chung ER. Direct vertebral rotation: a new technique of three-dimensional deformity correction with segmental pedicle screw fixation in adolescent idiopathic scoliosis. Spine (Phila Pa 1976). 2004;29(3):343-9.

Information om handlingen

Handlingstyp: Rutin

Gäller för: Verksamhet Arbetsterapi och fysioterapi

Innehållsansvar: Louise Lindberg, (louli9), Fysioterapeut

Granskad av: Lotte Segerdahl, (lotse1), Fysioterapeut

Godkänd av: Sara Jarl, (sarja4), Verksamhetschef

Dokument-ID: SU9807-1076540875-153

Version: 2.0

Giltig från: 2026-04-21

Giltig till: 2028-04-20