

Indsættelse af KUNSTIGT KNÆLED

Center for Planlagt Ortopædkirurgi

FØR OPERATION

Journaloptagelse

Du skal følge:

- Samtale med læge
- Samtale med sygeplejerske
- Samtale med narkoselæge
- Evt. supplerende undersøgelser

Informationsmøde

Sted: Mødelokale ”stue 11” på ortopædkirurgisk ambulatorium 7. etage. Du skal henvende dig ved skranken på 7. etage.

Du vil få tilbudt kaffe/te til mødet.

Huskeliste:

- din mappe med pjecer
- evt. spørgsmål
- evt. mad og drikke

Du vil møde følgende faggrupper: læge, sygeplejerske, narkosesygeplejerske og fysioterapeut.

Det er vigtigt, at du deltager i dette møde, da det er forberedelse til indlæggelsesforløbet.

Det vil være en fordel at have en pårørende med, som kan hjælpe med at lytte.

Der vil være mulighed for at stille spørgsmål, så skriv gerne ned, hvis du har tænkt over spørgsmål hjemme.

Kunstigt knæ – sygdom, symptomer og diagnose

Der er forskellige årsager til, at det er nødvendigt med et kunstigt knæ:

- Slidgigt
 - Skader (eks. brud omkring knæet, menisk skade, svær ledbåndsskade)
 - Anden sygdom (eks. leddegigt)
- Typiske symptomer på slidgigt i knæet:

- Smerter (hvile, igangsætning, belastning og natlige)
- Bevægeindskrænkning
- Hævelse af knæet
- Knasen og skurren i leddet

Diagnosen stilles af lægen ud fra røntgen og knæundersøgelse samt symptomer ved forundersøgelsen. Det er vigtigt, at du har forsøgt medicinsk behandling, inden det afgøres, om du skal have tilbudt en operation.

Hvad kan du forvente af et kunstigt knæ

- Operationen lindrer smerterne, så de fleste bliver helt eller delvis smertefrie efter ca. 1/2 år. Men det er et kunstigt knæ, og det kommer aldrig til at fungere som et normalt knæ.
- Bedre bevægelighed.
- Du kan oftest klare dig uden stok og kan gå ture udendørs samt klare trappegang.
- Du får nemmere ved at klare daglige gøremål.
- Bedre nattesøvn, da smerterne reduceres eller forsvinder.

Det kunstige knæ

Det kunstige knæ består af to dele:

- Lårbensdelen (består af metal). Denne del bankes fast på lårbenet.
- Protosedelen på skinnebenet (består af metal, som går ind i marvhulen på skinnebenet). På metalpladen sidder der plastik (polyethylen), som danner led med protosedelen på lårbenet.

Hvis du skal have et ”halvt” kunstigt knæ

I visse tilfælde er det muligt at indsætte et ”halvt” kunstigt knæled. Dette vil kirurgen informere dig om ved forundersøgelsen.

REGION SJÆLLAND
NÆSTVED SYGEHUS



- vi er til for dig

I disse tilfælde udskifter man kun brusken på indersiden af knæet, da der ellers er pæn brusk i resten af knæet. Denne operation er lidt mindre omfattende end ved indsættelse af et "helt" kunstigt knæled.

Mulige komplikationer

1. Betændelse (infektion)
2. Blodprop i det opererede ben
3. Løsning af protesen
4. Nedsat bevægelighed
5. Nervepåvirkning

1. Betændelse ses op til 1 % af operationerne. Ved betændelse opstår der hævelse, rødme, varme og du kan få feber. For at forebygge betændelse får du antibiotika i forbindelse med operationen. En betændelse i det kunstige knæled kan betyde, at den må tages ud. Først efter måneder, kan du måske få et nyt knæled, men forløbet vil være langvarigt.

Risikoen for betændelse er større, hvis man f.eks. har en blærebetændelse, eller hvis der er sår, små rifter, eller bumser på huden, specielt ved det knæ, der skal opereres.

Selv lang tid efter operationen kan der opstå betændelse i leddet. Det skyldes som regel bakteriespredning fra betændelse et andet sted i kroppen. Det er derfor vigtigt, at du kontakter din læge med henblik på behandling med antibiotika, såfremt du får en byld eller anden betændelse.

2. Blodprop i benet viser sig ved, at benet hæver, og du får smerter, som ofte sidder i læggen. I meget sjældne tilfælde kan du blive forpustet, fordi lidt af blodproppen kan sætte sig i lungerne. Blodprop i benet modvirkes ved, at du får blodfortyndende behandling, og ved at du træner og bevæger dig mest muligt. Det er også vigtigt, at du bevæger benene / vipper med fødderne, når du ligger i sengen eller sidder i en stol.

3. Risikoen for, at det kunstige knæ kan gå løs, er mindre end 10% efter 15 år. Proteseløsning viser sig ved smerter. Løser det kunstige led sig, kan du få et nyt. Unge mennesker med højt aktivitetsniveau og overvægtige risikerer i højere grad løsning af det kunstige knæ end andre patienter.

4. Nogle mennesker danner meget arvæv inde i knæet efter en operation. Det kan hæmme knæets bevægelser. Hos nogle kan arvævet

løses ved en mindre operation, men det er ikke altid muligt.

5. Ved operationen kan nerver i benet blive skadet. Huden omkring selve arret vil føles anderledes. Denne fornemmelse forsvinder sjældent. Hos nogle vil følesansen på oversiden af foden samt evnen til at bøje foden bagover blive påvirket. Hos de fleste forsvinder de gener af sig selv, men der kan gå mange måneder.

Før indlæggelse

Det er vigtigt, at du:

- Efter aftale med lægen ved forundersøgelsen holder pause før operationsdagen med din blodfortyndende medicin. Det handler om Hjertemagnyl, Plavix, Marevan, gigtpreparater (f.eks. Ibuprofen) samt alternativ medicin (f.eks. fiskeolie, ingefær, hvidløgspiller m.m.).
- Kontakter os, hvis du får feber, sår (specielt på det ben, der skal opereres – selv ved små sår, bumser, skrammer, myggestik) eller andre betændelsestilstande (eks. tandbyld, influenza, forkølelse el. lign.).

Derudover er det en god ide, at du:

- Afbestiller evt. hjemmehjælp.
- Sørger for at lave aftaler om praktisk hjælp med familie, venner eller naboer, fx at hente medicin på apoteket, handle ind, hjælpe med plasterskift, evt. hjælpe med rengøring.
- Sørger for at have nem mad klar (små retter i fryseren).
- Holder op med at ryge, da rygning hæmmer sårhelingen og øger risikoen for blødning samt infektion i såret. Du kan få nikotinplaster, når du er indlagt.
- Indtager mindst muligt alkohol op til operationen, da alkohol kan øge risikoen for blødning. Gør opmærksom på, hvis du drikker mere end sundhedsstyrelsens genstandsgrænse.
- Så vidt muligt motionerer og bevæger dig, idet det styrker muskulaturen omkring knæet.

Huskeliste ved indlæggelsen

- Egen medicin i originale emballager
- Træningsprogram og stokke (udleveret af fysioterapeut ved informationsmødet)
- Praktisk tøj og sko
- Toiletsager
- Læsestof/musik

INDLÆGGELSE OG OPERATION

Inden du møder ind på sygehuset til operationen:

- Tag et grundigt brusebad inklusiv hårvask.
- Du må ikke smøre dig ind i creme, da det hindrer udstyret der bruges til overvågning under operationen i at sidde fast.
- Du må ikke have smykker, makeup eller neglelak på, når du møde til operation.

Fasteregler:

Du skal møde fastende på operationsdagen. Dine muskler slapper af under bedøvelsen. Hvis din mavesæk ikke er tom, er der risiko for, at maveindholdet løber tilbage gennem spiserøret og ned i lungerne og dermed forårsager alvorlig lungebetændelse. Derfor er det vigtigt at overholde følgende fasteregler:

Du må spise indtil 6 timer før dit mødetidspunkt.

*Du må gerne drikke indtil 2 timer før, du skal møde. Det gælder **KUN** saftvand, vand, kaffe eller te.*

OBS. Ingen mælkeprodukter (heller ikke i kaffen eller teen) eller juice.

Smerter:

Efter operationen er det vigtigt, at du siger til, når du har smerter. Smerter hindrer aktivitet og træning og går endvidere ud over dit velbefindende og din appetit.

Sygeplejersken vil sørge for, at du får smertestillende på faste tidspunkter samt ved behov. Vi vil spørge dig, hvordan du vurderer dine smerter på en skala fra 0-10.

Hjælpemidler:

Du anvender gangstativ lige efter operationen. Dette udleveres i afdelingen. Når du er sikker på benene, erstattes gangstativet af stokke, som du medbringer ved indlæggelsen.

Almindelig aktivitet og træning:

Forskning har vist, at man som patient har bedst af at komme op af sengen få timer efter operationen. Første gang, du skal ud af sengen, er på selve operationsdagen. Vi forsøger gangtræning 5 – 10 m inde på stuen.

Plejepersonalet vejleder dig også ift. personlig pleje. Plasteret kan tåle vand, så bad er muligt.

Plejepersonalet vil hjælpe dig ind og ud af sengen, indtil du selv kan klare dette. Både plejepersonale og fysioterapeuter vil instruere dig i, hvordan du skal gøre. Du vil dagligt få instruktion af en fysioterapeut.

Den vigtigste træning er det du selv gør - selvtræning efter øvelsesprogram, samt alle daglige gøremål.

Vi ser gerne, at du tager dit eget tøj på under indlæggelsen.

Vi forventer, at du benytter afdelingens fællesarealer til at indtage måltider og også gerne til at have besøgende.

Ernæring:

Det er vigtigt, at du får en god og nærende kost som indeholder masser af proteiner.

Proteiner findes især i kød, fisk, fjerkræ, æg, bælgrugter og mælkeprodukter.

Energi findes især i brød, kartofler, ris, pasta, ost, mælk og smør.

Du vil få tilbudt proteindrik og almindelig varieret kost under indlæggelsen.

Husk at drikke rigeligt væske gerne 1 1/2 liter om dagen. For lidt væske kan give ubehag samt øget risiko for forstoppelse.

Mavefunktion:

Du vil under indlæggelsen få medicin for at få gang i maven efter operationen. Det er ikke unormalt, at der går 2-3 dage før maven fungerer normalt igen.

Du kan selv gøre noget ved at drikke rigeligt, spise fiberrig kost og bevæge dig mest muligt. Hvis du i forvejen har tendens til forstoppelse, så er det vigtigt at gøre noget ved dette allerede inden operationen. Apoteket kan vejlede dig i brug af forskellige afføringsmidler.

Sårpleje:

Efter operationen vil der næsten altid være nogen siven af væske fra såret. I begyndelsen blodigt, men senere klart gulligt. Plejepersonalet tilser din forbindelse under indlæggelsen. Forbindingen skiftes efter behov.

Stuegang:

I forbindelse med planlægning af udskrivelsen tilses du af en af afdelingens læger.

Lægen laver elektroniske recepter på den medicin, du skal have hjemme, og vurderer det røntgenbillede, du får taget af knæet efter operationen. Du vil også få mulighed for at stille spørgsmål til dit forløb.

Udskrivelse

Vi forventer at de fleste patienter kan udskrives dagen efter operationen, men det er naturligvis individuelt.

Planlægning af udskrivelse foregår i et samarbejde mellem dig som patient, dine evt. pårørende, lægen, plejepersonalet og fysioterapeuten.

Du bliver udskrevet når:

- din almene tilstand er acceptabel
- din smertebehandling kan varetages hjemme, dvs. du er ikke smertefri ved udskrivelsen
- du kan færdes med gangredskab
- du vurderes at kunne klare dig hjemme uden hjælp, eller med hjælp fra dit netværk eller hjemmeplejen
- du kun bløder begrænset fra knæet

Der bliver afholdt udskrivnings café, hvor patienterne i fællesskab får information om emner, der er vigtige at være opmærksom på efter udskrivelsen. Der vil efterfølgende afholdes individuel samtale med den ansvarlige sygeplejerske om medicinering.

Ved udskrivelsen bliver der truffet aftaler om:

- den videre smertebehandling
- den videre træning
- fjernelse af tråde/clips i ambulatoriet

Hjemtransport sker efter gældende regler.

Husk at træffe aftaler om afhentning, hvis du ikke har gratis befordring/er omfattet af regler for fri hjemtransport.

Se mere om patientbefordring på www.regionsjaelland.dk eller kontakt befordringsservice på tlf. 70 15 35 15.

Efter udskrivelse vil der være opfølgning/vejledning om dit postoperative forløb. Du vil derfor blive telefonisk kontaktet af en sygeplejerske 1-3 dage efter udskrivelsen. Vær opmærksom på, at vi ringer med hemmeligt nummer.

Du bliver ringet op igen ca. 8 uger efter operationen (fortrinsvist mandag eller fredag) som opfølgning på, om din genoptræning er gået tilfredsstillende.

Forholdsregler og gode råd efter udskrivelsen

- Du bør undgå hugsiddende stillinger/ arbejde.
- Du bør ikke bøje knæet over 120 grader, så længe du har tråde/clips i huden.
- Du må ikke køre bil, før du har fuld kontrol over dit ben, og du ikke længere tager stærk smertestillende medicin.
- Du bør undgå tunge løft og tungt arbejde.
- Du bør undgå løb og hård kontaktsport.
- Du må godt cykle og dyrke lettere sport. Lyt til din krop.
- Du bør gå en daglig tur.
- Du bør følge dit træningsprogram.
- Du skal fortælle din tandlæge, at du har et kunstigt knæ, hvis du skal have en tandoperation.

Hvis du får problemer i relation til knæoperationen efter udskrivelsen, skal du kontakte vores afdeling på
tlf. 56 51 30 80

Sengeafdeling 8 er lukket fra fredag kl. 15 til mandag kl. 7. I denne periode viderestilles telefonen til Ortopædkirurgisk afdeling på Slagelse Sygehus. Du opfordres til kun at ringe ved akutte problemer i dette tidsrum