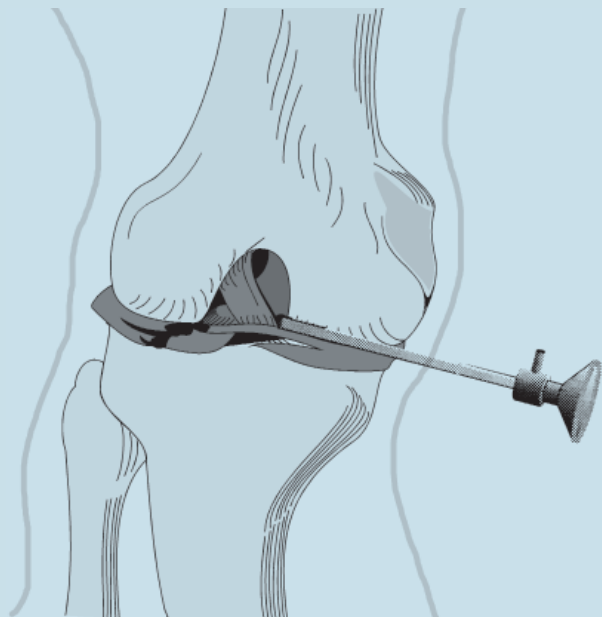


# Ambulant kikkertundersøgelse af knæet – artroskopi



REGION SJÆLLAND  
NÆSTVED SYGGEHUS



*-vi er til for dig*

## Artroskopi af knæ

I denne pjece er samlet skriftlig information om nogle af de hyppigste lidelser i knæet, som kan behandles via artroskopi.

Knæet er et led med ledkammer, brusk og menisk som er en slags støddæmper, ledbånd og korsbånd.

Knæskallen indgår også i leddet.

Ved artroskopi undersøger og opererer lægen knæet ved hjælp af kikkert og små instrumenter.

### Artroskopi foretages ved mistanke om:

- Ødelagt menisk, behandlingen vil variere fra suturering (syning) af menisken til fjernelse helt eller delvist
- ”Mus” i knæet som vil blive fjernet ved artroskopia
- Ødelagt brusk som kan behandles ved at fjerne løse dele. Evt. laves små borehuller i knoglen ved bruskskaden. En evt. brusktransplantation skal gøres ved en senere operation
- Ødelagt korsbånd kan ikke behandles i samme seance, men ved en senere operation.
- Enkelte andre lidelser

## Ambulant operationsforløb

Din artroskopi er planlagt til at foregå ambulant.

Det betyder, at du møder på sygehuset den dag, du skal artroskoperes, og tager hjem igen samme dag.

### Praktiske oplysninger før artroskopia

#### • Aflysning

Har du **bumser**, **rifter** eller **sår** på knæet, vil artroskopia blive aflyst, da infektionsrisikoen er øget. Er du forkølet eller har feber, kan artroskopia heller ikke gennemføres. Hvis du har nogle af ovenstående problemer, eller hvis du er forhindret i at komme til aftalt tid, bedes du hurtigst muligt kontakte os.

Udebliver du fra artroskopia uden at melde afbud, bliver du automatisk slettet fra ventelisten og kan ikke efterfølgende gøre brug af det udvidede frie sygehusvalg.

#### • Transport

Du skal selv arrangere transporten til og fra sygehuset på operationsdagen. Det er ikke tilladt selv at føre bilen hjem efter den ambulante artroskopia.

En pjece om de gældende regler for patientbefordring, kan du få på sygehuset. Du kan også læse om reglerne på hjemmesiden:

[www.regionsjaelland.dk](http://www.regionsjaelland.dk), søg på [patienbefordring](#).

- **Smertestillende medicin**

Vi anbefaler, at du har smertestillende håndkøbsmedicin hjemme, for eksempel Paracetamol, Pinex, Panodil, Pamol eller lignende, som du kan tage de første dage efter artroskopian.

Hvis der kræves anden smertestillende medicin, vil du få en recept med hjem, så du kan købe smerte stillende medicin på apoteket til brug efter operationen.

- **Værdigenstande**

Smykker og andre værdigenstande bør ikke medbringes

- **Tobaksrygning**

Bemærk venligst TOBAKSRYGNING ikke er tilladt

- **Mobiltelefoner**

Mobiltelefoner må på visse steder på sygehuset ikke være tændt, da det kan forstyrre de forskellige apparaturer. Du kan spørge personalet til råds herom.

## **Bedøvelse og faste**

Om artroskopian skal udføres i lokal eller fuld bedøvelse aftales ved forundersøgelsen.

### **Fuld bedøvelse**

Hvis artroskopian skal foregå i fuld bedøvelse, skal du være fastende 6 timer før du skal møde på sygehuset.

Fasten betyder, at du **IKKE** må:

- spise fast føde.
- drikke mælkeprodukter.
- drikke væsker med brus i.

Det er vigtigt, du overholder fasten, ellers kan du ikke blive bedøvet.

I de første fire timer af fasteperioden må du drikke en kvart liter (250 ml) vand, saftvand, kaffe, te eller æblejuice (undgå mælkeprodukter)

De sidste to timer før mødetidspunktet, skal du være helt fastende.

Dog anbefales, at indtage evt.

sædvanlig morgenmedicin med få mundfulde vand.

## Operationsdagen

- **Før artroskopian**

For at nedsætte risikoen for betændelse bedes du undlade, at smøre benet ind i creme eller lotion.

Af hygiejniske grunde skal ringe og smykker undgås.

For at kunne observere dig under operationen må du ikke bruge neglelak, læbestift eller make-up.

En sygeplejerske vil gennemgå dagens forløb og svare på eventuelle spørgsmål. Inden artroskopian skal du tale med lægen, der skal artroskopere dig.

På operationsstuen bliver knæet afvasket med desinficerende væske og pakket sterilt ind

Ved fuld bedøvelse, gives sovemedicinen via en kanyler i din hånd.

Der skylles under hele artroskopian med saltvand i knæet, dette kan medføre en hævelse af knæomgivelsen, som forsvinder efter et par dage.

Ved artroskopian skæres 2-3 små huller i huden, kikkert og instrumenter indføres gennem hullerne.

Selve artroskopian varer ca. 1/2 -1 time.

- **Efter artroskopian**

Du observeres i hvilerummet ca. 1 – 2 timer efter operationen. Du kan herefter tage hjem, så snart du er frisk.

Der er adgang til mad og drikke efter artroskopian.

Inden du tager hjem, får du information om resultatet af artroskopian, og hvad du skal være opmærksom på efterfølgende.

Der kan være en rest saltvand tilbage i knæet, der føles som skulpen når du træder på benet, dette forsvinder af sig selv.

Du må træde på benet straks efter artroskopian.

Har du fået sutureret en menisk, må du støtte, men skal have en knæbandage på i 5 uger.

Er en bruskskade behandlet med borehuller, som er lokaliseret i leddets belastningsområde, må du ikke støtte i 6 uger.

## Komplikationer

Risikoen for komplikationer er lille. Knæet kan være misfarvet og hævet i 1 – 2 uger, nogen gange lidt længere.

Får du stærke smerter eller feber skal du henvende dig på sygehuset.

## Hjemme efter operationen

Nedenstående forhold skal du være opmærksom på, når du kommer hjem:

- **Smerter**

Efter artroskopian kan du forvente lette smerter, som kan behandles med håndkøbsmedicin. Se tidligere anbefaling under smertestillende medicin.

- **Forbinding**

Plaster på indstikstederne skal sidde på til trådfjernelse. Hvis plaster bliver gennemvædet skal det skiftes. Det anbefales at bruge elastikbindet ca. 2 dage. Det er nødvendigt at omlægge elastikbindet, hvis det bliver for stramt eller løst.

Du må tage et brusebad dagen efter artroskopian, men ikke kar- og havbad før trådene er fjernet.

- **Bevægelse**

Du må støtte fuld på benet straks, undtaget ved behandling for bruskskade med borehuller.

Det anbefales at gå begrænset de første 3-5 dage til hævelsen er aftagende. Når du går er det

vigtigt, du er opmærksom på at gå så normalt som muligt, uden at halte, for at undgå uheldige belastninger af ben/krop. Hvil flere gange dagligt, liggende med benet højt hævet. Vip op og ned med foden for at sætte gang i kredsløbet i benet og afhjælpe eventuel hævelse.

Har du fået stiftet en menisk får du en knæbandage på, som gør det muligt at træde på benet uden at vride i knæet. Bandagen skal du bruge i 5 uger.

Er der behandlet en bruskskade med borehuller må du ikke støtte på benet i 2-6 uger.

- **Trådfjernelse**

Trådene skal fjernes 10-14 dage efter artroskopian hos egen læge.

- **Betændelsessymptomer**

Du skal henvende dig til din egen læge, i ambulatoriet eller i skadestuen, hvis der skulle komme betændelsessymptomer, som er voldsom hævelse, varme, rødme og tiltagende smerter omkring såret. Evt. kan du også have feber.

## Optræning

Hvis det er nødvendigt låner du albuestokke med hjem.

Ved behov for særlig genoptræning vil du få en instruktion samme dag af fysioterapeut eller blive indkaldt til kommunalt fysioterapi.

Umiddelbart efter operationen/dagen efter må du begynde med følgende træningsøvelser. Hvis du har en knæbandage på, skal du beholde denne på under træning.

Sid med benet strakt. Vip op og ned med foden og stræk knæet så meget du kan.



Sid eller lig med bøjet knæ. Tag eventuelt en pose under hælen eller støt benet med hænderne ved behov.

Bøj og stræk knæet og lad foden glide frem og tilbage langs underlaget.



Sid på en stol med træningsbenet støttende på en anden stol/bord. Slap af i knæet og lad knæet strække i denne stilling så længe du kan.



Lig på ryggen. Stræk knæet ved at spænde lårmusklen. Løft træningsbenet strakt op / ned. Sørg for at knæskallen peger lige op mod loftet.



Lig på ryggen. Læg en fast pude under knæet. Pres knæet ned i puden, spænd lårmusklen og stræk derved knæet fuldt ud så hælen løftes fra underlaget. Bøj kontrolleret knæet igen så foden kommer ned til underlaget igen.



Stående balance på ét ben. Støt til bord/stol ved behov. Spænd i baldemuskelaturen og kropsmuskulaturen og sørg for at knæskallen peger lige frem hele tiden.



## Arbejde

Det forventes, du kan genoptage evt. arbejde 1-2 uger efter artroskopiaen, hvor der ikke er lavet bruskkirurgi eller menisk stiftning. Efter bruskkirurgi forventes arbejdet at kunne genoptages efter 6-18 uger og efter menisk stiftning efter 6-12 uger.

## Kontrol

Evt. ambulans kontrol tid får du med hjem efter artroskopiaen.

## Telefonnumre:

Hverdage mellem kl. 8 – 16:

Næstved Sygehus 56 51 20 00

## Sammedagskirurgiskafsnit

56 51 35 91

## Opvågningen 56 51 35 25

For aflysning eller ændring af operationstid 56 51 41 82, hverdage mellem kl. 9 - 12.

## Telefon aften, nat og weekend:

Akut telefon: 70 15 07 08

Med venlig hilsen  
Personalet  
Ortopædkirurgisk afdeling

# Noter

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Næstved Sygehus**

Ringstedgade 61, 4700 Næstved

Telefon 56 51 20 00

[www.regionsjaelland.dk](http://www.regionsjaelland.dk)

Version 9, februar 2019

Redaktør: hegm

Tryk: Av-afdelingen, Næstved Sygehus

Varenummer: 7427