

Information til forældre med børn i Ortopædkirurgisk afdeling



Generelt

Der kan opstå forskellige gener efter operationen.

Her er en vejledning i, hvordan I skal reagere i de forskellige situationer:

Smertes

Helt normalt	Hvad kan du gøre	Søg hjælp
Det første døgn kan benet eller armen være følelsesløs, hvis der er lagt en nerveblokada. Når der er begyndende følelse i benet / armen igen og den anbefalede smertestillende er taget, kan der ved aktivitet opleves moderate smerter (3-4 på smerteskalaen) og i hvile (1-2 på smerteskalaen – se smerteskala i folderen)	Ved aktivitet kan der opstå smerter - hvis smerterne er 5-6 på smerteskalaen suppler med smertestillende efter behov som ordineret. Vær opmærksom på at nedsætte aktivitetsniveauet.	Hvis smerterne er kraftige og konstante og der er forsøgt suppleret med smertestillende efter behov og ro, og smertescore er på mere end 6-7 på smerteskalaen. Aktivitetsniveauet er nedsat og det kan være svært at sove om natten.

Hævelse og blå mærker

Helt normalt	Hvad kan du gøre	Søg hjælp
I forbindelse med operationen kan der opstå blødning og hævelse lokaliseret til bruddet. Blødningen kan medføre smerter og blå mærker. Det kan afhjælpes ved at elevere benet eller armen over hjertehøjde.	Hvis hævelsen tiltager, kan det være nødvendigt at fortsætte med og eventuelt øge den smertestillende behandling til hævelsen aftager og benet og armen kan bevæges mere.	Hvis hævelsen udvikler sig og det smertestillende medicin ikke virker, samt der ses hævelse og rødme, og opstår en varmenende fornemmelse omkring bruddet.

Feber

Helt normalt	Hvad kan du gøre	Søg hjælp
Armen eller benet er varmere end det modsatte.	Mål temperaturen hvis du oplever, at benet / armen ændrer sig, bliver varmere, begynder at hæve, og der kommer flere smerter.	Ved feber med temperatur over 38°, benet / armen er rødt, hævet, spændt og meget ømt. Der er eventuelt betændelse at se i såret.

Forstoppelse

Helt normalt	Hvad kan du gøre	Søg hjælp
Der er afføring, men mindre end vanligt. Dit barn spiser fiberrig kost og drikker ca. 2 liter pr. døgn. Du kan evt. give et let afføringsmiddel (f.eks. Movicol eller Gangulen), som købes i håndkøb på apoteket. Ved tvivl tal med egen læge om dette.	Kontakt egen læge hvis afføringen har været begrænset flere dage, og barnet er påvirket af oppustethed, kvalme og nedsat appetit.	Kontakt egen læge eller vagtlægen hvis afføringen har været begrænset flere dage, og barnet er påvirket af oppustethed, kvalme og nedsat appetit, og der tilstøder opkastning.

Kvalme

Helt normalt	Hvad kan du gøre	Søg hjælp
Der kan forekomme kvalme det første døgn, men ingen opkastninger.	Har dit barn kvalme og kaster op, sørg for at give væske og kost der er let at fordøje.	Ved vedvarende kvalme og opkastninger, hvor barnet ikke kan holde føde og væske i sig.

Operationssår /plaster

Helt normalt	Hvad kan du gøre	Søg hjælp
Det er normalt, at det kan sive lidt fra såret det første døgn. Hvis plasteret ellers er tørt, skal det ikke skiftes.	Hvis det siver med blod fra såret, så plasteret er helt vådt, skal det skiftes.	Hvis det siver med puds/betændelse (gult og uigennemsigtig).

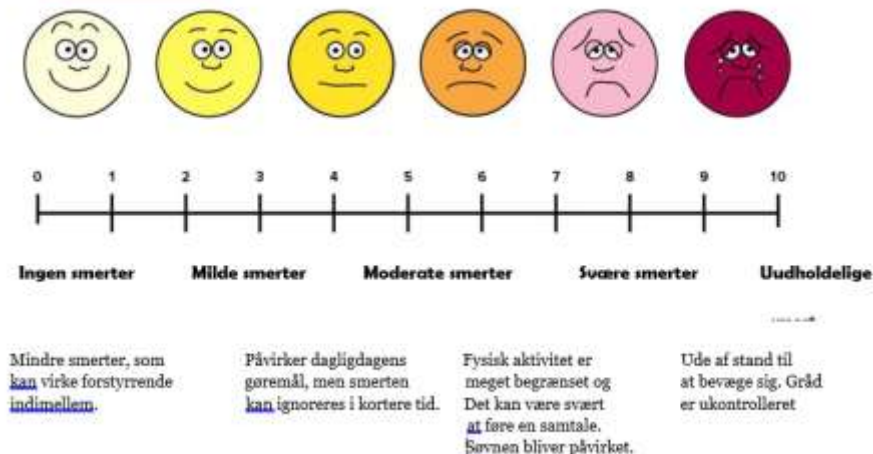
Gips og bandager

Helt normalt	Hvad kan du gøre	Søg hjælp
Har dit barn fået anlagt gips efter operationen, kan det godt føles ubehageligt. Det kan klø meget og genere under gipsen samt føles varmt.	Gipsen kan godt stramme efter operationen. Dette skyldes ofte, at benet (tær) og armen (fingre) hæver op. Det er derfor vigtigt at ligge med benet/armen over hjertehøjde. Fingerøvelser kan desuden afhjælpe hævelsen i hånden.	Er gipsen knækket eller blevet våd. Strammer gipsen fortsat, oplever barnet voldsomme smerter, hvor det ikke hjælper at have benet/armen over hjertehøjde.

Mobilisering / Aktivitet

Helt normalt	Hvad kan du gøre	Søg hjælp
Det er forskelligt hvor hurtigt dit barn bliver mobil efter en operation. Det kan for nogen være svært at komme ind og ud af sengen, samt op at gå de første dage efter operationen. Der skal dog ske løbende fremgang.	Hvis der ikke sker fremgang, så overvej om det skyldes smerte, hævelse eller kvalme. Det er vigtigt at barnet er aktivt med hvad det kan, til smertegrænsen.	Hvis dit barn slet ingen øvelser kan lave, eller ikke kan gå med støtte.

Smerteskala



Almene gipsegener

Barnet kan være generet, pga. kløe og let hævelse, samt en strammende fornemmelse under gipsen. Forsøg at mobilisere fingrene eller tæer med bevægelser, hvis henholdsvis armen eller benet er i gips. Det er ikke unormalt at der forekommer lugtgener fra gipsen. Vi skifter nødtigt gipsen, da dette er forbundet med risiko for at bruddet kan skride.

Hævelse

Det er normalt at dit barns hånd og fingre kan være hævede. Da hævelse vil begrænse muligheden for tilstrækkelig bevægelse, af især fingrene, er det vigtigt at hånden/armen løftes over hjertehøjde mange gange i løbet af dagen, samtidig med at fingrene bøjes og strækkes så meget som muligt. Det kan være en god ide at lægge en pude under bruddet, under søvn, for at mindske hævelsen. Dette kan også være lindrende for barnet.

Smerter under og efter gips

Det er individuelt hvor mange smerter dit barn oplever. Nogle kan være påvirket få dage og nogle uger efter bruddet, mens nogle også oplever smerter flere uger efter gipsen er fjernet. Derfor kan det være en god ide at give dit barn paracetamol (f.eks. Panodil, Pamol eller lign.)

eller anden smertestillende medicin i samråd med lægens anbefalinger, da det også vil fremme aktivitetsniveauet.

Dukker der spørgsmål op løbende, kan egen læge kontaktes for yderligere information og vejledning, i forbindelse med smertestillende medicin.

Ved vedvarende smerter lokaliseret til bruddet, kan ortopædkirurgisk ambulatorium kontaktes på hverdage tlf. 47 32 33 50 eller kontakt egen læge.

Brug af armen

En del af genoptræningen efter et brud i armen eller hånden er, at armen medinddrages i ubelastede daglige aktiviteter. Det er vigtigt at bevæge skulder og albue godt igennem, også selvom det er hånden der skal genoptrænes. Børn genvinder oftest deres vanlige funktionsniveau uden yderligere behov for genoptræning.

Brug af benet

En del af genoptræningen efter et brud i foden eller benet er, at benet aktiveres som normalt. Det kan forekomme, at barnet de første par uger går og støtter anderledes på foden og benet end vanligt. Dette vil oftest aftage i løbet af de første uger og de genvinder deres vanlige funktionsniveau i løbet af kort tid. Der kan være behov for at give barnet smertestillende de første dage efter gipsen er fjernet, da der ofte kan være smerter eller ubehag, i forbindelse med aktivitet den første tid uden gips.

Børn genvinder oftest deres vanlige funktionsniveau uden yderligere behov for genoptræning.

Aktivitetsniveau efter brud

Efter 3 måneder kan der oftest tillades aktiviteter, der forårsager høje belastninger hvor bruddet har været. Efter 3-6 måneder vil der hos hovedparten være opnået god funktionalitet efter bruddet. Bedst mulig funktion vil først kunne evalueres efter 1 år. Svømning er en let og skånsom form for bevægelsestræning, som har et lavt belastningsniveau.

Det frarådes at barnet dyrker kontaktsport og hopper på trampolin eller lignende de første 3 måneder.

Ofte stillede spørgsmål efter brud

Hvor længe skal mit barn holde sig i ro efter gipsen er fjernet?

Som udgangspunkt må barnet bevæge sig så meget som muligt indenfor 'smertegrænsen' – hvilket automatisk justeres. Hvis der opstår smerter, så giv armen eller benet lidt ro og forsøg med smertestillende håndkøbsmedicin. Det er almindeligt at dit barn har nedsat funktionsniveau de første 14 dage efter gipsen er fjernet. I nogle tilfælde kan der gå længere tid.

Hvornår må/kan mit barn bevæge sin arm eller sit ben som vanligt?

Det er individuelt hvornår barnet opnår sin vanlige funktion. Ofte vil barnet indenfor uger have genvundet normal bevægelse, men i tilfælde hvor gipseperioden har været længere (f.eks. 6+ uger) er det ikke unormalt at det tager måneder at genvinde normal bevægelighed. I de fleste tilfælde vil barnet i starten opleve ubehag ved bevægelse omkring bruddet. Ubehaget bør gradvist aftage over de kommende uger. Ved behov kan der gives smertestillende håndkøbsmedicin.

Er der særlige restriktioner vi skal være opmærksomme på efter bruddet?

Det er vigtigt at være opmærksom på at starte roligt op med bevægelse omkring bruddet, i det tempo barnet selv kan være med. Undgå hård belastning de første 3 måneder. Det frarådes at barnet dyrker kontaktsport og hopper på trampolin el. lignende de første 3 måneder.

Der er gået flere dage siden mit barn fik gipsen af og mit barn oplever stadig smerter, er det normalt?

Efter et brud kan barnet opleve smerter, også selvom bruddet er helet fint op. Der kan gå flere uger og i nogle tilfælde måneder før smerterne aftager helt. Dit barn kan have sværere ved at støtte på sin fod eller sit ben efter et brud i det område. Efter et brud i hånden eller armen, kan dit barn også have ondt ved bevægelser der før var naturlige at lave. Vær tålmodig og giv evt. dit barn smertestillende håndkøbsmedicin ved behov. Hvis smerterne tiltager, kontakt da egen læge eller

ring til ortopædkirurgisk ambulatorium på hverdage på **tf. 47 32 33 50**.

Kontakt

På operationsdagen hvis dit barn er opereret i Dagkirurgisk afsnit.

Ved akutte komplikationer (relateret til operationen) som:

- Tiltagende smerter
- Rødme, varme og hævelse omkring operationssåret og du får temperatur over 38°
- Såret væsker eller større gennemsivning af forbindingen.
- Andre komplikationer

Henvendelse i Dagkirurgisk afsnit i følgende tidsrum:

Mandag: kl. 08.00 - 16.00

Tirsdag: kl. 09.00 - 19.00

Onsdag/torsdag: kl. 08.00 - 19.00

Fredag: kl. 08.00 - 16.00

tf.nr.: 4732 3186

Efter disse tidspunkter eller hvis dit barn har været indlagt: henvendelse til Ortopædkirurgisk sengeafsnit 3 **tf.: 4732 3330**

Dagen efter operationen eller senere i forløbet kontakt til Ortopædkirurgisk ambulatorium på **tf.: 4732 3350**, praktiserende læge eller vagtlæge på **tf.: 1813**

Adgang til sundhedsjournal:

Enten via ”Min Sundhedsplatform” eller Sundhed.dk

Sundhedsjournalen samler sundhedsdata i et overblik, som giver hurtig adgang til de seneste oplysninger, laboratoriesvar og behandlinger på sygehuse.

For at få adgang til dit barns ”Min Sundhedsplatform” skal du udfylde en aftaleerklæring – kan søges på Internettet og aflevere den til lægesekretær i afdelingen.