

Information
til patienter og pårørende

Operation for slidskade i kravebensleddet



REGION SJÆLLAND
HOLBÆK SYGEHUS



- vi er til for dig



Slidskade i kravebensleddet

Kravebensleddet er et lille led over skulderleddet mellem enden af kravebenet og skulderbladet.

Imellem ledfladerne sidder en bruskskive, som giver støddæmpning ved store kraftpåvirkninger af leddet.

Efter slag og forvridninger, eller efter langvarig slidpåvirkning ved gentagne tunge løft over hovedhøjde, kan bruskskive og brusk på ledfladerne ødelægges og på sigt medføre slidgigt i kravebensleddet.

Forberedelse til operation

Operation foregår ambulant.

Anskaf 2 kølepakninger (Fås i Matas eller på apotek) eller isposer, som ligger klar i fryseren når du kommer hjem efter operationen.

Hvis du er sund og rask, skal du møde fastende på dagkirurgisk afsnit på operationsdagen.

Møder du fastende på operationsdagen skal du være opmærksom på følgende:

- Der må ikke være sår eller rifter i huden, da det giver risiko for infektion.
- Du skal tage brusebad aftenen før eller samme morgen, som du skal opereres.
- Du skal faste fra midnat, se vejledning fra anæstesiaafdelingen.
- Medbring vanlig medicin til operationsdagen.
- Forkølelse og feber med influenza symptomer øger risikoen ved fuld bedøvelse, hvorfor du i sådanne tilfælde skal kontakte os hurtigst muligt

Operationen

Operationen foregår som kikkertoperation i fuld narkose.

Gennem 2-3 små huller i huden indføres ledkikkert og en lille roterende høvl.

Al brusken fjernes og ledfladerne afslibes, således at der til sidst er 10-12 mm. Imellem kraveben og skulderblad.

Denne afstand forhindrer, at ledfladerne gnider mod hinanden når armen løftes over hovedhøjde.

Efter operationen

Du observeres på opvågningsstuen indtil du er helt vågen i løbet af 1-2 timer.

Du kommer hjem samme dag, efter du har talt med lægen.

Bemærk, du må ikke selv køre bil og du må ikke være alene det første døgn.

Begrænsninger efter operationen

Undlad at løfte armen over vandret i de første 4 uger efter operationen, dvs. indtil der er dannet beskyttende arvæv omkring enden af kravebenet.

Undgå tunge løft i de første 2-3 måneder.

Fuld effekt af operationen opnås først efter 3-4 måneder.

Operationssår

Forbinding og plastre kan fjernes efter 2 døgn.

Anvend kølepakning flittigt i de første 2 uger.

Du skal bestille tid til fjernelse af tråde hos din egen læge efter 10 dage.

Får du mod forventning kraftig hævelse, rødme, kraftige smerter, feber, blødning eller siven af pus fra sårene, skal du straks kontakte din læge eller lægevagten.

Mulige komplikationer

Lille risiko for sårinfektion.

10 % af patienter opereret med denne teknik vil forsat have lette til moderate smerter i kravebensleddet, hvilket oftest skyldes, at der ikke er fjernet nok af kravebenet. I sjældne tilfælde sker der under operationen skade på ledkapslen, som kan medføre at kravebenet bliver ustabil.

Arbejde og sport

Har du ingen skulderbelastninger på dit arbejde f.eks. kontorarbejde, kan du starte efter 2 uger. Hvis du har mange løft og monotone belastninger af skulderen, skal du være sygemædt i 2 måneder. Undgå bilkørsel de første 2-3 uger. Svømning og løb efter 2 måneder.





Kontakt

Ortopædkirurgisk Ambulatorium 42-2 (stuen)

Sekretær, tlf.: 59 48 44 70 (hverdage kl. 9-15)

Sygepleje, tlf.: 59 48 44 72 (hverdage kl. 8-8.30)

Sengeafdeling 12-4 og 09-4 (2. sal)

Hovednummer: 59 48 44 85

Ortopædkirurgisk Afdeling

Holbæk Sygehus, Smedelundsgade 60, 4300 Holbæk

Mail: hol-ortkir@regionsjaelland.dk



Hjemmeside:

<https://www.holbaeksygehus.dk/afdelinger/ortopaedkirurgisk-afdeling>



Opdateret august 2026 af:

Skulderteamet

Ortopædkirurgisk Afdeling