

Diskusprolaps i nakken



Beskrivelse af lidelsen

En diskusprolaps i nakken er en lidelse, der opstår i nakkens bruskskiver.

Årsag

Diskusskiverne består af en hård ydre ring samt en kerne med blødt materiale i midten. Diskusskivernes funktion er at dæmpe tryk og belastning. Samtidig gør diskusskiverne, at ryggen og nakken kan bøje sig.

Med alderen tørrer diskusskiverne ud, og de mister en del af deres elastiske egenskaber. Dette kaldes for diskusdegeneration. Hvis diskusskivernes bindevævs-kapsel revner, vil noget af indholdet blive presset ud.

Der opstår derved en diskusprolaps i nakken, som vil trykke på nerverødder og rygmarv. Et sådant tryk vil for de fleste give anledning til smerter, føleforstyrrelser og nedsat muskelkraft.

Diskusdegeneration medfører ofte reaktioner fra det omgivende væv i form af knogleudvækster, som også kan føre til forsnævring af nerverodskanalen og dermed tryk på nerverødder.

Rygning og alkohol

Alkohol og rygning kan give komplikationer efter operationen, fx at såret heler dårligere, større risiko for betændelse eller hjerte- og lungeproblemer. Det er derfor vigtigt, at du ikke har et alkoholforbrug der ligger over Sundhedsstyrelsens anbefalinger og du bør stoppe med at ryge mindst 6 uger inden operationen og 4 uger efter.

Journaloptagelse

Du skal medbringe en liste over den medicin, du tager, inklusiv naturmedicin/kosttilskud.

Tager du dagligt **blodfortyndende medicin eller naturmedicin** er det vigtigt at du oplyser om det.

Ved undersøgelsen taler du med en læge om dit helbred. Hvis der er medicin du ikke kan tåle, er det vigtigt, at du gør opmærksom på det.

Du skal evt. have taget blodprøver og et hjertekardiogram.

Derefter skal du tale med en anæstesilæge om bedøvelsen.

Før operationen

For at undgå betændelse i operationssåret er det vigtigt, at huden i nakken er uden sår, rifter og eksem.

Du skal vaske dig grundigt med vand og sæbe aftenen inden operationen og igen om morgenen på operationsdagen.

Du må ikke have make-up og neglelak på under operationen.

Vi vil råde dig til at lade smykker og andre værdigenstande blive hjemme.

Når du skal opereres i ryggen, skal du holde pause med alt medicin, som kan virke blodfortyndende.

Her kan du se hvor længe du skal holde pause før operationen

Præparater:	Pause før operation:
Acetylsalicylsyre (ASA) (hæmmer blodplader) - fx.:	7 dage
Aspirin Magnyl Hjertemagnyl Kodimagnyl Treo	
Blodpladehæmmende midler:	7 dage
Plavix / Clopidogrel Persantin Prasugrel	
Blodfortyndende medicin:	Efter aftale med lægen:
Marevan Macumar Eliquis Pradaxa Xaralto	
"Gigtmidler" - NSAID, fx.:	7 dage
Arthrotec, Bonyl, Brufen, Confortid, Diclofenac, Felden, Ibumetin, Ibuprofen, Ipren, Naproxen, Orudis, Piroxicam, Seractiv, Todolac, Voltaren	
Naturlægemidler, fx.:	14 dage
Ginseng, Ingefær, Baldrian, E-vitamin, Gingko, Hvidløgspreparater, Ipe Roxe Fiskeoliepreparater, Matrem, Perikon	

Operationsdagen

Faste og morgenmedicin:

- Du må spise indtil 6 timer før din mødetid.
- Du må drikke kaffe og te **uden mælk**, vand / saftevand, **ikke juice**, indtil 2 timer før mødetid.
- Inden kl. 06 skal du tage den medicin, du har aftalt med nar-koselægen.
- Husk at medbringe vanlig medicin.

Briller og kontaktlinser skal du tage af lige inden operationen.

Hvis du har tandprotese, høreapparat eller lignende får du en pose til at opbevare disse i under operationen.

Operationstidspunkt

Vi tilstræber at overholde det planlagte operationstidspunkt, men der kan opstå uventede situationer, der giver ventetid.

Operationsafdelingen

Du bliver modtaget af det personale, der deltager i din operation. Personalet sikrer sig din identitet og den læge der skal operere dig, sætter et mærke der hvor du skal opereres.

Du får lagt en tynd plastikkanyle (drop) i hånden, og du får sat elektroder på brystkassen, så vi kan følge med i hvordan hjertet slår både under og efter operationen.

Bedøvelse

Du bliver opereret i fuld bedøvelse. Du får sprøjtet et sovemiddel ind i kanylen på hånden, og du falder i søvn i løbet af få minutter. Du vil herefter sove smertefrit under operationen.

Bivirkninger: Du kan få kvalme og opkastninger. Du kan få medicin mod kvalme, hvis du har behov for det.

Operationen

Du ligger på ryggen under operationen. Der bliver lavet et 3-4 cm langt skråsnit på halsens forside. Den syge diskus fjernes, hvorved trykket på nerve og/eller rygmarv ophæves. I stedet indsættes en lille klods (cage), der er lavet af et hårdt plastmateriale, mellem de 2 hvirvellegemer. Derved bliver afstanden mellem hvirvlerne stabiliseret og bevaret. Dette medfører en lille begrænsning af bevægeligheden i nakken.

Du kan forvente at blive udskrevet næste dag.

Efter operationen

Du kommer på opvågningsafdelingen, her ligger du og hviler, mens bedøvelsen aftager.

Når du er tilbage på sengeafsnittet vil plejepersonalet eller en fysioterapeut hjælpe dig med at komme ud af sengen, så snart du er i stand til det.

Du kan forvente at blive udskrevet dagen efter operationen.

Smerter

Der kan være lidt synkebesvær og smerter i halsen de første dage

efter operationen. Nogle patienter oplever en smerte mellem skulderbladene efter nogle dage. Smerterne forsvinder gradvist efter 1-2 uger.

Du vil få smertestillende medicin 3 - 4 gange i døgnet i form af tabletter. Har du behov for yderligere smertestillende medicin – hvilket de fleste har i de første dage efter en operation – er det vigtigt at du lader os det vide.

Det er vigtigt at være godt smertelindret, idet for mange smerter vil hindre dig i bevægelse og træning.

Inden du tager hjem, vil du blive informeret om, hvilken smertestillende medicin vi anbefaler og du får eventuelt lagt recept på receptserveren.

Sårheling

For at hindre blodansamling er der ofte lagt et dræn i operationssåret. Det bliver fjernet dagen efter operationen. Du kan herefter gå i brusebad (ikke karbad). Du har en plasterforbinding på, der er vandtæt. Men husk at skifte plaster hvis det bliver vådt. Plasteret må du fjerne 2 - 3 dage efter operationen.

Genoptræning

Det er vigtigt, at du »lytter« til din krop. Får du smerter og bliver træt, skal du hvile.

Du bør gradvis øge dit aktivitetsniveau.

Undgå dog at fremprovokere yderligere gener fra nakken.

Løfte/bære

De første 4 uger efter operationen bør du ikke udføre tungt arbejde som f.eks. støvsugning, hækklipning, græsslåning, bilvask,

sengeredning osv. Prøv dig gradvist frem inden for smertegrænsen.

Motion

Du må ikke få manipuleret nakken af fysioterapeut eller kiropraktor de første 3-4 måneder efter operationen, men du må gerne få behandling på muskulaturen.

- Du må svømme efter 6 uger når såret er lægt.
- Efter 6 uger kan du begynde at cykle.
- Du bør vente 6 måneder med kontaktsport – dvs. sport hvor der er en modspiller – eksempelvis fodbold, håndbold og ridning

Sex

Du kan genoptage samlivet, når du har lyst.

Gode råd

Bevæg dig - gå en tur.

- Variér dine daglige gøremål – husk at holde pause.
- Læg evt. et stykke plastik på bilsædet, så du nemt kan glide og dreje ind og ud af bilen.

Aktiviteter

Du må køre bil 2-3 uger efter operationen, når du har fuld førerlicens og ikke får medicin forsynet med rød trekant.

Hvordan kommer du hjem

Som hovedregel skal du selv sørge for hjemtransport.

Du må **ikke** selv køre bil.

Yderligere information om transport kan du se i folderen »Kørsel til og fra sygehuset«.

Efter udskrivelsen

Er såret helt tørt og uden tegn på infektion, må du gå i brusebad uden forbindelse 2 - 3 dage efter operationen.

Hvis sårene væsker, skal du have plaster på, indtil sårene er tørre.

Hvis trådene generer dig kan du vælge at fortsætte med plaster indtil trådene er fjernet.

Transport

Du kan køre bus og tog i den udstrækning, du føler, din ryg kan klare.

Tråde

Trådene er selvopløselige.

Ambulant kontrol

Du vil få tilbud om at komme til ambulant kontrol 3 måneder efter operationen.

Du er altid velkommen til at kontakte os i Rygsektionen på tlf. 4732 3350.

Komplikationer

I forbindelse med alle operationer er der en lille risiko for problemer med hjerte og kredsløb. Hvis du lider af forhøjet blodtryk, sukkersyge m.m. vil risikoen for problemer med hjerte og kredsløb være lidt større.

Betændelse

Du kan få betændelse i operationssåret. Det sker for 1- 2 % af patienterne. Under operationen får du antibiotika for at forebygge betændelse.

Hul på nervesækken

Ved op mod 4 % af denne type operationer kommer der et hul på nervesækken.

Udsivning af væske fra nervesækken kan forårsage kraftig hovedpine. Behandlingen er: sengeleje i ca. 1 døgn, og at du drikker rigelig med væske.

Årebetændelse i benene

Blodpropper i benene er ikke i sig selv farligt, men de kan kræve måneder med blodfortyndende behandling, og kan på lang sigt gøre det pågældende ben sårbart for betændelse og nye blodpropper. Hvis en blodprop i benet river sig løs og transporteres med blodbanen op til lungekredsløbet, kan der imidlertid opstå en livstruende blodprop i lungen (lungeemboli).

Lungeemboli forekommer heldigvis ekstremt sjældent.

For at forebygge det:

- Skal du ud af sengen så hurtigt som muligt

- Får du evt. blodfortyndende medicin under indlæggelsen

Blødning i operationssåret

Der kan i meget sjældne tilfælde fremkomme en blodansamling i såret i de første døgn efter operationen. I sådan tilfælde kan det eventuelt blive nødvendigt at åbne såret og tømme blodansamlingen ud i fuld bedøvelse.

Arvævsdannelse

Der vil altid dannes en smule arvæv i rygmarvskanalen i det område der er opereret. Ved 3-4% af patienterne ses betydelige mængder af arvæv som kan medføre smerter.

Nervebeskadigelse

I forbindelse med operationen kan der ske skader på nerven til stemme båndene, hvilket bevirker at du bliver hæs. For de flestes vedkommende svinder hæsheden i løbet af 1-2 måneder, men hos ca. 2-3% er hæsheden varig.

I yderst sjældne tilfælde kan der ske en skade på nerven til armen eller en beskadigelse af rygmarven som kan føre til lammelse af både arme og ben.

10 – 15 % får en ny diskusprolaps samme sted.

I tilfælde af

- Voldsomme smerter, der ikke forsvinder ved anvendelse af den anbefalede medicin
- Vedvarende blødning
- Kraftig hævelse og rødme

- Feber over 38 gr.
- Siven fra såret

Skal du ringe til Rygsektionen på tlf. 4732 3350.

Det første døgn efter operationen, kan du kontakte sengeafsnittet, hvor du har været indlagt, hvis din henvendelse ikke kan vente til næste dag.

På andre tidspunkter kontaktes enten Egen læge eller Lægevagten på 1818.

Sygemelding

Du skal være sygemeldt i ca. 14 dage.

Du må foretage dig, hvad du kan, under hensyntagen til evt. restsymptomer fra nakken, samt aktiviteternes karakter.

Dette gælder både for genoptagelse af erhverv, udførelse af dagligdags gøremål (f.eks. indkøb, madlavning og rengøring).

Afbud

Hvis du bliver forhindret i at møde til operationen, bliver syg eller har sår eller rifter på halsen/nakken, beder vi dig om hurtigst muligt at give os besked.

Tidsbestilling, afbud og spørgsmål:

Rygsektionen 47 32 33 50 eller via »**Min Sundhedsplatform**«

Ved akut opstået sygdom på operationsdagen, ring da på **tlf. 47 32 33 10**.