

Stivgørende operation i lænden

Patientinformation



Gildhøj Privathospital
København

2. oktober 2019
Skrevet af: Peter Blyme
Version 3.0

Stivgørende operation i lænden

Patientinformation

Før operation på Gildhøj Privathospital

Det er vigtigt at du er godt forberedt før din operation. Vi anbefaler derfor, at du læser denne pjece grundigt, inden du møder på hospitalet.

Vigtigt at vide før din operation

Operationen bliver aflyst og udsat på ubestemt tid hvis;

- Fastereglerne ikke er overholdt.
- Du har sår, rifter, insektbid eller bumser i operationsområdet.
- Du føler dig forkølet, har feber eller er i penicillin behandling.

Hvis du er i tvivl, så RING.

Fasteregler:

- **Mad:** Før operationen skal du **FASTE** og du må derfor **intet** spise, **ikke** indtage mælkeprodukter, alkohol, juice eller anden saft med frugtkød de sidste **6 timer før**, at du skal møde på hospitalet.
- **Drikke:** Vi anbefaler at du drikker vand eller saft **uden** frugtkød og kun dette, indtil **2 timer før dit** mødetidspunkt.

Du er velkommen til at børste tænder om morgenen, tygge tyggegummi og der er ingen restriktioner vedrørende rygning før bedøvelse.

Beskrivelse af operationen

Ledskred mellem to ryghvirvler eller forandringer i lænderyggen som følge af alder eller slidgigt kan give stærke ryg- og bensmerter. Formålet med at udføre en stivgørende rygoperation er at nedsætte dine smerter og give dig et forbedret funktionsniveau.

Ved stivgøring af lænderyggen menes at ryghvirvlerne vokser sammen rent knoglemæssigt (ossøs fusion) hvilket er målet med operationen.

Denne proces faciliteres i visse tilfælde ved anvendelse af implantater (titanium stave, skruer, cages). I andre tilfælde bruges knogle fra hoftekammen / bækkenet.

Operationen som foregår under fuld bedøvelse, består af stivgøring af en del af lænderyggen og evt. samtidig frilægning af relevante nerverødder.

I nogle tilfælde foretages operationen bagfra i andre tilfælde forfra (maven). Du vil af din kirurg blive informeret om, hvorledes din operation foretages.

ALIF= stivgørende operation via forreste adgang til ryggen (adgang via maven).

I de tilfælde man vælger at foretage den stivgørende lænderygoperation forfra, lejres man i rygleje, i fuld bedøvelse, man skaber adgang via en incision fra navlen og ned mod symfyen, herefter bevæger man sig uden om selve bughulen, som regel venstre om, herefter frilægges nødvendige niveauer. Når niveauerne er frilagt fjernes de relevante discs og selve den stivgørende operation foretages med indsættelse med Cages, som er en "klods" med knogle eller knoglesubstitut i, som fixeres med skruer. Selve Cage'en er lavet af en blanding af Peek og Titanium, Peek er et plastlignende materiale. Efterforløbet er fuldstændig det samme som hvis operationen er foretaget bagfra.

Forløbet efter operationen er langvarigt – ryggen er først fuldt helet i løbet af 9-12 måneder. Omkring 80% af de patienter der gennemgår en stivgørende rygoperation, opnår imidlertid betydelig lindring af deres smerter og dermed en forbedret livskvalitet.

Du skal påregne 1-2 dages indlæggelse og du kan forvente at blive udskrevet om formiddagen.

Efterforløb

Behandling af smerter

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, fordi for mange smerter vil hindre dig i bevægelse og træning.

Du får udleveret og gennemgået en liste over den medicin, vi anbefaler, at du tager efter operationen.

Du aftaler med sygeplejersken hvilken smertestillende medicin, du skal have med hjem.

Sårheling

Hvis operationen er foretaget bagfra, er det ofte anlagt dræn i operationsområdet. Dette for at hindre en evt. blodansamling.

Dette fjernes dagen efter operationen. Du kan herefter gå i brusebad. Du har en plasterforbinding på, der er vandtæt. Men husk at skifte plaster hvis dette bliver vådt. Plastret må fjernes 2-3 dage efter operationen.

Er såret herefter helt tørt og uden tegn på infektion, må du gå i brusebad uden forbinding.

Du vil inden udskrivelsen tale med sygeplejersken om, hvorvidt der er tråde som skal fjernes eller om de opløser sig selv.

Genoptræning

Vi tilstræber at du et par timer efter operationen kommer op og går lidt rundt på stuen. Første gang foregår det under vejledning af en sygeplejerske eller fysioterapeut.

Inden du udskrives, vil fysioterapeuten vejlede dig i øvelser og lægge en plan for den videre træning sammen med dig. Det er vigtigt, at du "lytter" til din krop, får du smerter og bliver træt, skal du hvile.

Du skal forvente en genoptræningsperiode på op til et halvt år.

Hjælpemidler

Fysioterapeuten eller sygeplejersken vil hjælpe dig med at belyse dit behov for hjælpemidler i hjemmet efter udskrivelsen. Du har mulighed for at låne hjælpemidler på hospitalet. Du er selv ansvarlig for afhentning og returnering af hjælpemidler.

Blodfortyndende medicin

Under indlæggelsen vil du dagligt få blodfortyndende medicin i form af en indsprøjtning. Det skal forebygge at der udvikles blodpropper i dine ben. Såfremt du skal fortsætte med indsprøjtningerne efter udskrivelsen, bliver du instrueret i at tage sprøjterne, eller du kan få en anden til at give dig dem. Hvis det ikke er muligt, kan vi bestille en hjemmesygeplejerske.

Kontrol

Du vil få tilbud om at komme til ambulant kontrol 3 måneder efter operationen. Dette aftales med den kirurg, der har opereret dig.

Sygemelding

Det afhænger af arbejdets karakter, hvornår du kan genoptage dit arbejde. Sygemelding aftales med din kirurg.

Smerter

Det er normalt at have smerter op til 3. mdr. efter operationen.

Sex

Samlivet kan genoptages, når du har lyst.

Transport

Du kan køre bus og tog i den udstrækning, du føler, din ryg kan klare. Du må køre bil 2-3 uger efter operationen. På grund af risikoen for hård opbremsning, påkørsel, stød og vibrationer, bør transport med motorkøretøjer begrænses de første 6 uger efter operationen.

Løfte/bære

Du kan fra starten løfte lette ting, men først 6 uger efter operationen må du løfte mere end 5 kg. Du bør derfor heller ikke udføre tungt arbejde som f.eks. støvsugning, hækklipning, græsslåning, bilvask, sengeredning osv.

Motion

De første 3 måneder bør du træne de øvelser som du er blevet instrueret i af fysioterapeuten. Herefter kan du begynde at lave øvelser, hvor du bevæger og bøjer i ryggen.

Derudover er det vigtigt, at du starter langsomt og "lytter" til din rygs signaler og undgår smerteprovokation.

Begynd med at gå nogle ture hvor du undgår hårdt terræn og i øvrigt er opmærksom på at anvende støddabsorberende fodtøj.

Du må svømme efter 3 uger når såret er lægt og eventuelle tråde er fjernet.

Efter 6 uger kan du træne på kondicykel, og går det godt, kan du begynde at cykle udendørs.

Du bør tidligst begynde at løbe 6 måneder efter operationen

Du bør vente til efter et år med kontaktsport – dvs. sport hvor der er en modspiller – eksempelvis fodbold, håndbold og ridning.

6 måneder efter operationen kan du påbegynde træning i træningscenter. Det første år efter operationen bør du undgå træningsapparater, hvor du skal vride eller dreje i ryggen.

Ovennævnte er vejledende og kan afviges individuelt.

Komplikationer

Ved enhver operation er der altid en risiko for komplikationer, om end den er meget lille. Risikoen er afhængig af din alder og øvrige almene sundhedstilstand.

Nedenstående mulige komplikationer skal du være opmærksom på kan forekomme, selv om vi gør alt for at undgå dem.

Betændelse

Det er vigtigt at holde øje med, om operationssåret heler, som det skal. Du skal være opmærksom på følgende tegn på betændelse/infektion:

- Rødme
- Varme
- Tiltagende smerter
- Hævelse
- Evt. feber

Har du mistanke om at der er betændelse, bedes du kontakte os. Hvis du har brug for hjælp uden for hospitalets åbningstid, så kontakt egen læge eller vagtlæge, medmindre du har aftalt andet med din kirurg. Hvis du bliver sat i behandling med antibiotika via egen læge eller vagtlæge pga. mistanke om infektion, må du meget gerne informere os om det, da vi registrerer alle komplikationer for at holde øje med kvaliteten af vores behandling.

Særligt i den første tid efter operationen er der risiko for betændelse i såret. Betændelse fremkommer hos mindre end 1 %.

Der er endvidere en lille risiko for en dyb betændelse i selve operationsområdet. Dette fremkommer hos under 0,1% af patienterne. For at forebygge betændelse giver vi dig antibiotika i forbindelse med operationen.

Blødning i operationssåret

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

Arvævsdannelse

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

Rift på rygmargshinden

Dette forekommer sjældent. Det vil normalt ikke betyde noget for det endelige resultat af operationen, men kan betyde en ekstra dags indlæggelse.

Nervebeskadigelse

I forbindelse med operationen kan der ske skader på nerverne i operationsområdet. Det sker hos under 1 % af patienterne. Ofte kommer nerven sig igen.

Manglende heling af knoglebroen

Kan kræve en ny operation.

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.

Kontakt GHP Gildhøj

Gildhøj Privathospital København

Brøndbyvester Boulevard 16
DK-2605 Brøndby

Tel. (+45) 43 43 92 92

Fax. (+45) 43 43 92 93

E-mail: kontakt@gildhoj.dk

Telefontid

Mandag - torsdag: kl. 8-17

Fredag: kl. 8-16