

# Ankelstabiliserende operation (Brostrøm operation med InternalBrace)

## Patientinformation



11. oktober 2021  
Skrevet af: Micael Haugegaard  
Version 3.0

# Ankelstabiliserende operation (Brostrøm operation med InternalBrace)

---

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;

- Fastereglene 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

Ved gentagne ankelforstuvninger kan ledbåndene især på ydersiden af anklen blive så slappe at anklen kommer til at føles ustabil og operation kan blive nødvendig.

Operationen udføres dog kun efter lang tids genoptræning idet kun mislykket genoptræning er indikation for kirurgi.

Der lægges et lille snit omkring den ydre knyst, de løse ledbånd opsøges og fæstnes højere oppe på knysten. I mange tilfælde skønnes ledbåndene ikke solide nok og der suppleres ved at anlægge en såkaldt internal brace – et kunstigt led bånd.

Efter operationen anlægges en Walker med en lateral kile (under ydre fodrand). Støvlen skal holdes på dag og nat.

Du mobiliseres med hjælp af to krykker.

## Efterforløb

### Udskrivelse

Du udskrives 2-3 timer efter operationen.

### Behandling af smerter

Der vil blive anlagt en smerteblokade i foden, som vil gøre dig mest mulig smertefri det første døgn efter operationen. Blokaden vil medføre en vis følelsesløshed og styringsbesvær af foden. Dette aftager, når blokaden ophører. Derudover anbefaler vi, at du følger hospitalet smerteregime, som du vil blive vel informeret om inden udskrivelse.

Du skal tage den med ro de første dage. Du skal ligge med benet højt det meste af tiden for at nedsætte blødning, smerter og hævelse af foden. Vær opmærksom på at du også skal have mulighed for at have foden opad i bilen på vej hjem fra hospitalet.

Det er normalt, at foden er hævet op til 12 uger efter operationen.

## Sårheling

Walkeren skal blive på i 3 uger. Den tåler ikke vand.

Er det nødvendigt med forbindingsskift skal man undgå at bevæge anklen/foden, når denne er ude af walkeren.

Suturer fjernes ved kontrollen 3 uger efter operationen.

## Genoptræning

Du mobiliseres med hjælp af to krykker.

Skal holde benet højt det første døgn, inklusiv under hjemtransport.

Må belaste forsigtigt indenfor smertegrænsen, når der benyttes 2 krykkestokke.

Dette indbefatter udlevering af **ankelstabiliserende bandage** (AirCast) som opstartes når den kan tages på uden smerter. Indtil dette kan gennemføres, fortsætter man med walker. Der må nu belastes indenfor smertegrænsen evt. med fuld vægt. Fortsat brug af 2 krykkestokke.

Den ankelstabiliserende bandage skal benyttes de følgende 6 uger.

Der påbegyndes "etbensstand" i 1 minut af gangen (ca. 5 gange daglig).

**Henvises til fysioterapi** med opstart 6 uger efter operationen.

Fysioterapeutisk genoptræning må opstartes uden brug af bandage

Sport kan genoptages efter 3 måneder, hvis der ikke er smerter i foden, men i øvrigt i samråd med fysioterapeut.

## Efter 10 uger

Kontrol hos operatøren. Test af stabilitet & bevægelighed.

Hævelse i op til 3 mdr. er normalt.

## Kontrol

Efter 3 uger kontrol hos sygeplejerske med henblik på suturfjernelse og instruks i den videre plan.

Efter 10 uger hos kirurg.

## Sygemelding

Ved stillesiddende arbejde bør du blive hjemme de første par dage. Ved hårdt fysisk arbejde er 8 ugers sygemelding ofte nødvendig. Der kan dog være forhold, der nødvendiggør sygemelding ud over 8 uger.

## Transport

Bilkørsel må genoptages når du kan afvikle normalt. Dvs. tidligst efter 6 uger. Se i øvrigt pjecen om operation i bedøvelse.

## 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 ved fodoperationer ser man en forhøjet risiko for at udvikle en infektion i såret. Dette kan udløse, at man skal have en antibiotikakur eller i værste fald opereres igen. Grunden til den forhøjede infektionsrisiko er, at der på gulve og i jord-højde er en øget forekomst af bakterier, støv og skidt.

Der er visse tiltag du selv kan gøre for at forebygge, at du udvikler en infektion:

Hold foden eleveret hele det første døgn efter operationen.  
Hvis det fortsat siver fra såret efter 1. døgn, så oprethold elevationen endnu et døgn.

Oprethold god fodhygiejne.

Skift strømper dagligt.

Undlad at gå i bare tæer.

Undlade rygning, idet rygning øger risikoen for infektion.

### **Føleforstyrrelser i operationsområdet**

Disse er oftest forbigående.

### **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.

Symptomerne er smerter, tyngdefornemmelse eller spænding i underbenet. Symptomerne forsvinder IKKE ved at du holder benet højt.

Hvis du er i tvivl kontakt Gildhøj eller vagtlæge, da hurtig indsættende behandling er vigtig.



## Kontakt GHP Gildhøj

### Gildhøj Privathospital København

Borgmester Kjeld Rasmussens Boulevard 16  
DK-2605 Brøndby

Tel. (+45) 43 43 92 92

Fax. (+45) 43 43 92 93

E-mail: [kontakt@gildhoj.dk](mailto:kontakt@gildhoj.dk)

### Telefontid

Mandag - torsdag: kl. 8-17

Fredag: kl. 8-16