

# Løs knæskal – Patella luksation –MPFL- rekonstruktion

## Patientinformation



27. juni 2018  
Skrevet af: Micael Haugegaard  
Version 1.0

# Løs knæskal – Patella luksation –MPFL-rekonstruktion

---

## 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

MPFL er en forkortelse for Medial Patella Femoral Ligament, som er en ledbåndsagtig forstærkning i ledkapslen på knæets inderside. Dette ledbånd ødelægges ofte, når knæskallen går af led.

Operationen går ud på at genskabe dette ledbånd og derved forhindre knæskallen i at skride ud til siden.

Ledbåndet genskabes ved at bruge en af senerne på lårets bagside. Herefter laves en lille åbning ud for knæskallens inderside og knæskallens kant frilægges. Det nye ledbånd sættes fast på knæskallen og seneenderne føres under hud og underhud ned til det sted på inderste lårbenskno hvor det skal hæftes. Til slut fikseres senen i lårbenet med en skrue, der bliver forsænket under knogleniveau.

Ofte vil der i forbindelse med operationen også blive udført en kikkertoperation. Dette for at vurdere, om der er sket skader inde i knæet.

Der kan blive behov for støttebandage (don joy) i 6 uger, men du må støtte fuldt på benet.

## Efterforløb

### Behandling af smerter

Der bliver indgivet lokalbedøvelse i knæet i forbindelse med operationen.

For at reducere smerterne og irritationen i knæet anbefaler vi, at du følger hospitalets plan for smertebehandling, som du vil blive vel informeret om inden udskrivelse.

### Sårheling

Du udskrives med en elastikforbinding om knæet.

Elastikforbindingen må fjernes dagen efter operationen.

De første dage efter operationen skal du have plaster over operationssåret.

Generelt må såret ikke vaskes eller blive vådt, før stingene er fjernet. Dette gøres ved den første kontrol efter operationen.

Du skal undgå karbad, spabad, havvand og svømmebassin til trådene er fjernet og sårene helede.

Arrene bør beskyttes mod sollys det første år for at undgå pigmentering.

### Genoptræning

Det gælder om hurtigst muligt at få rettet knæet helt ud, samt få det bøjet igennem, selv om det ofte er svært.

Du skal i efterforløbet også træne lårmusklen op.

Genoptræningen bør starte allerede dagen efter operationen enten som selvtræning, men gerne hos fysioterapeut.

Vi sender en elektronisk henvisning til fysioterapeutisk genoptræning.

## Mål for genoptræningen

Efter 14 dage

- Du skal gerne have fuld stræk på knæet.
- Du kan stoppe med brug af krykker, hvis gangen afvikles uden halten.
- Du må opstarte træning på kondicykel, og du instrueres i øvelser med fokus på VMO, bevæge- og styrkeøvelser samt gangfunktion.
- Du kan påbegynde crawl-svømning.
- Du kommer til sårkontrol og suturfjernelse i vores sygepleje ambulatorium.

Efter otte uger

- Du kan begynde at løbe på jævnt underlag uden smerteprovokation samt øge belastningen på øvelser.

Efter tre måneder

- Du kan efter 3 måneder begynde at løbe på ujævnt underlag og dyrke lettere sport uden kraftige rotationer og retningskift. Du må gerne hoppe.

Efter seks måneder

- Du må gerne begynde at dyrke sport med rotationer og retningskift.
- Husk at du skal træne fuldt ud til træning inden du spiller kamp.

## Kontrol

Du vil få udleveret tiderne til kontrol ved udskrivelsen.

## Sygemelding

Hvis du har et stillesiddende kontorarbejde, skal du være sygemeldt i 2-4 uger. Har du et arbejde, hvor du skal gå og stå en del, sygemeldes du i 6-8 uger. Har du et arbejde, der er decideret hårdt for knæet, f.eks. på en byggeplads, kommer du op på 3-4 måneders sygemelding.

## **Smerter**

Du vil kunne mærke hvor senen er taget ud bag på benet nogen tid efter operationen.

## **Transport**

Du må køre bil når du kan gå uden krykker samt belaste knæet fuldt = stå på et ben (det opererede). Dette oftest efter 3 uger.

## **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.

## **Overfladisk betændelse**

Særligt i den første tid efter operationen er der risiko for betændelse i såret. Den overfladiske infektion kan som regel behandles med omhyggelig sårpleje.

## **Dyb betændelse**

Der er endvidere en lille risiko for en dyb betændelse i selve operationsområdet. Dette fremkommer hos under 0,1% af patienterne, men det er en alvorlig komplikation som kan kræve ny operation og langvarig behandling med antibiotika.

## **Årebetændelse i benene**

Blodpropper i benene er ikke i sig selv farligt, men 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

Brøndbyvester 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