

# Kunstigt skulderled (skulderalloplastik)

Til patienter og pårørende



Du er blevet tilbudt at få indopereret et kunstigt skulderled. Årsagen kan være gener efter et kompliceret brud, slidgigt, leddegigt eller andet, der medfører smertende tilstande i skulderleddet og nedsat bevægelighed. Dette gør mange af dagligdagens gøremål vanskelige.

Beslutningen om indsættelse af et kunstigt skulderled har du truffet sammen med speciallægen efter en gennemgang af de forskellige behandlingsmuligheder og de forventede resultater.

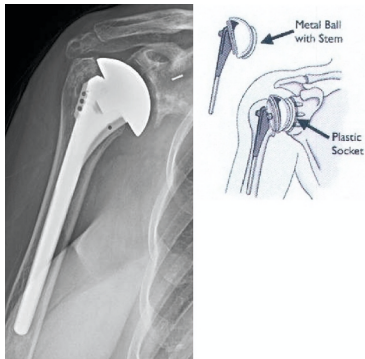
Formålet med operationen er at lindre dine smerter og genvinde bevægeligheden i din skulder.

Det kan naturligvis ikke garanteres, at du ikke får smerter med et kunstigt skulderled, men erfaringen viser, at langt de fleste patienter får det betydeligt bedre med smerterne.

## **Der kan anvendes forskellige skulderproteser**

Se disse på næste side.

# Kunstigt skulderled (skulderalloplastik)

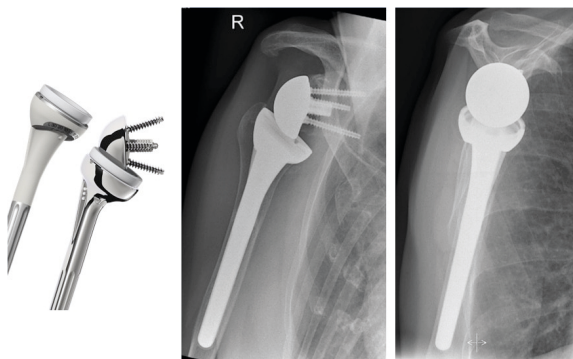


## Anatomisk protese

Er brusken i skulderen slidt og senemanchetten i orden, kan man erstatte leddet (både kuglen og skålen) med en almindelige protese.



Der anvendes en protese med kort stem, hvis knoglekvaliteten tillader dette, ellers indsættes en protese med længere stem.



## Reverse skulderprotese (omvendt protese)

Er senemanchetten i stykker, indsættes en såkaldt omvendt protese, hvor der sættes en kugle på skulderbladet og en skål i overarmen. Hermed overtager den store skuldermuskel noget af senemanchettens funktion, så du bedre kan løfte armen ud fra kroppen.



## Hemiprotese

I særlige tilfælde anvendes kun en halv protese, hvor kun kuglen på overarmen skiftes.

# Kunstigt skulderled (skulderalloplastik)

## Holdbarhed

Et kunstigt skulderled har samme holdbarhed som andre kunstige led. Efter 10 år er 90 % af leddene stadig fungerende.

## Risici

Efter operationen kan der opstå komplikationer i form af :

- Stivhed
- Betændelse
- Løshed
- Skulderen kan gå af led.

## Sådan forbereder du dig til operation

Selve forberedelsen til operationen er en vigtig del af forløbet. Dette skal sammen med operationen og genoptræningen sikre et godt resultat.

Føler du dig utilpas eller har en anden lidelse for eksempel dårligt hjerte eller forhøjet blodtryk, er det vigtigt, at du kontakter din egen læge med henblik på en eventuel regulering af din medicin.

## Aftenen før operationen

Ved forundersøgelsen, i ambulatoriet, har du fået udleveret antibakteriel creme, som du skal påsmøre aftenen før operationen. Cremen skal smøres på den skulder, som du skal opereres i. Cremen skal smøres på forsiden af skulderen, oven på skulderen, ned over overarmen og ind i armhulen. Der skal ikke smøres på skulderbladet.

Det er vigtigt, at du ikke går i bad lige efter, du har smurt cremen på om aftenen.

## Faste

De sidste 6 timer før du møder på afdelingen må du ikke spise mad eller drikke mælkeholdige produkter.

Indtil 2 timer før du møder må du drikke klare/tynde væsker, fx vand, saft, juice u. frugtkød, sodavand, sort kaffe eller te (uden mælk).

De sidste 2 timer før du møder må du intet indtage.

Du får informationer om fasteregler af narkoselægen/sygeplejersken.

## Medicin

Tager du naturmedicin eller kosttilskud skal du ophøre 10 dage før operationen med disse, da de øger blødningen under og efter operationen.

Tager du gigtmedicin, skal du ophøre 3 dage før operationen.

## Blodfortyndende medicin

Hvis du får blodfortyndende medicin, kan der være særlige regler. Vær opmærksom på, at du har fået præcis besked, om netop den slags medicin du får.

Er du tvivl, skal du kontakte afdelingen.

## Spis sundt

Det er vigtigt, at du spiser en sund og varieret kost. Gerne med mange proteiner, som findes i kød, fisk, sødmælk og æg. Dette har betydning for, hvordan dine sår heler og er med til at forebygge komplikationer.

Mindst 2 uger før operationen bør du starte med at tage en multivitamin dagligt.

Du skal drikke 1,5-2 liter væske dagligt.

# Kunstigt skulderled (skulderalloplastik)

## **Bad**

For at undgå infektion skal bakterieantallet på huden være så lavt som muligt før operationen. Hele kroppen vaskes med almindelig sæbe aftenen før/eller om morgenen før operationen.

## **Bedøvelse**

Som patient møder du anæstesiafsnittet både ved forundersøgelse, hvor du kommer til samtale med en anæstesi-læge/sygeplejerske, og på operationsdagen, hvor anæstesi-lægen/sygeplejersken bedøver dig før operationen. Bedøvelsen bliver altid planlagt individuelt, så vi tager hensyn til lige præcis dig, indgrebet, din helbredstilstand og dine behov. Medbring en opdateret medicinliste.

Du vil under operationen sidde op med støtte omkring nakken/hovedet. Inden du bliver bedøvet, får du lagt en blokade i skulderen, som er med til at mindske smerterne i det første døgn efter operationen.

## **Rygning**

For at fremme sårhelingen og minimere risiko for komplikationer anbefaler vi, at du stopper med at ryge 6 uger før din operation og vedholder rygestoppet efter operationen.

## **Alkohol**

Et alkoholforbrug på mere end 4 genstande dagligt øger risikoen for komplikationer som sårproblemer, infektioner, lungeproblemer og forlænget indlæggelsestid. Hvis du normalt drikker mere end 4 genstande om dagen, råder vi dig til at stoppe helt med at drikke alkohol mindst 4 uger før din operation.

## **Har du nogle, som kan hjælpe dig, efter du bliver udskrevet?**

Har du kontakt til hjemmeplejen, er det vigtigt, at du meddeler dem, hvornår du skal indlægges, og du forventes udskrevet dagen efter operationen.

Hvis du får behov for hjemmehjælp efter udskrivelsen, kan vi være behjælpelige med at arrangere dette, inden du bliver udskrevet.

## **Huden**

Hvis du føler dig alment syg, har sår, rifter, myggestik eller bumser på skulderen aflyses indgrebet på grund af risiko for infektion. Du skal derfor ringe afbud til Bookingenheden på 7918 2300 i god tid og få aftalt en ny tid.

## **På operationsdagen**

- Må du ikke have neglelak eller kunstige negle på.
- Skal neglene renses.
- Må du ikke have make-up på.
- Må du ikke have smykker på.
- Må du ikke bruge bodylotion.

## **Dagene du er indlagt**

### **Indlæggelsen**

Du indlægges samme dag, som du skal opereres. Ved indlæggelsen skal du medbringe den medicin, du bruger til dagligt samt en ajourført medicinliste.

### **Operationen**

Inden operationen kommer du til at tale med den læge, som skal operere dig. Selve operationen tager 1-2 timer. Herefter skal du tilbringe et par timer på opvågningsstuen, inden du kommer tilbage på afdelingen.

# Kunstigt skulderled (skulderalloplastik)

## **Hvordan forholder jeg mig efter operation**

Du har din arm i en slynge, og du har en kølebandage på din skulder, når du vågner. Dette er for at mindske hævelsen og dermed smerterne i skulderen efter operationen.

## **Slyngen sætter du på således:**

Den ene løkke placeres omkring underarmen nær albuen. Slyngen føres om bag ryggen og over den modsatte skulder, og håndleddet placeres i den anden løkke. Armen skal være vandret. Se illustration heraf nederst på denne side.

## **Slyngen må tages af:**

- Under vask. Lad armen hænge løst ned eller understøt den på håndvasken.
- Når du sidder i en stol og har støtte under armen.
- Når du laver dine øvelser.

## **Når du skal klæde dig af og på, gøres det på følgende måde:**

- Lad armen hænge løst ned.
- Tag tøjet på den opererede arm først, derefter over hovedet og til sidst på den raske arm.
- Når du tager tøj af, sker det i modsat rækkefølge.



# Kunstigt skulderled (skulderalloplastik)

## 1. dag efter operationen

Får du taget et røntgenbillede af din skulder. Når røntgenbilledet bliver taget bliver isposen taget af, og din arm skal op i en 90 graders vinkel.

## Fysioterapi

Dagen efter operationen kommer din fysioterapeut og gennemgår de nødvendige træningsøvelser.

## Smerter efter operationen

Det er nemmere at forebygge smerter end at fjerne dem.

Under operationen får du lagt en blokade i skulderen, og når effekten heraf forsvinder, fortsætter du med smertestillende tabletter ca. hver 6. time eller oftere, hvis du har behov for det. Det er vigtigt, at du, så snart du føler smerte, oplyser det til plejepersonalet.

## Forstoppelse

Det er vigtigt, at du inden for få dage får gang i maven efter en operation. Ved forstoppelse skal du tage kontakt til egen læge.

## Bad

Du må tage brusebad, når plastret/forbindingen er fjernet.

Du bør undgå karbad, spabad og svømmehal indtil såret er helet.

## Vær opmærksom på betændelse

Hvis der opstår betændelse, skal du kontakte din egen læge eller vagtlægen.

Tegn på betændelse:

- Rødme omkring såret samt pus
- Feber
- Udtalt hævelse
- Tiltagende smerter/ømhed.

## Trådfjernelse

Du er syet med tråd, eller har fået sat klips i. De skal fjernes ved egen læge 14 dage efter operationsdagen.

## Spist sundt

Fortsæt med den proteinrige kost når du kommer hjem.

## Træning

- For at opnå et godt resultat er det vigtigt, at du fortsætter med genoptræningen efter udskrivelsen.
- For at bevare bevægeligheden i skulderen er det vigtigt, at den bliver brugt på den rigtige måde fra begyndelsen.
- Fysioterapeuten lærer dig hvilke øvelser, du skal lave. I de første 6 uger er træningen passiv, dvs. du må ikke bruge armens muskler til at bevæge skulderleddet og må ikke dreje armen udad over nulstilling.
- Du skal huske at bevæge albuen og bruge hånden.
- Du skal fortsætte med at have armen i slyngen i de første 6 uger.
- Du skal sove med slyngen på i 6 uger.
- Efter 6 uger vil træningen af musklerne i hele armen begynde.
- For at opnå det bedste resultat er din egen indsats vigtig. Du har selv et ansvar for, at træningsprogrammet følges. Du må have tålmodighed i forhold til, hvor god en funktion du får af skulderen.

# Kunstigt skulderled (skulderalloplastik)

## Sygemelding

Du skal forvente at være sygemeldt i 3 måneder.

## Praktisk information

Du bliver udskrevet 1-2 dage efter operationen. Du vil få smertestillende tabletter med hjem, og der udleveres en recept til ca. 14 dage. Er dette ikke nok, kontakt da din egen læge.

Mod smerter kan det hjælpe at komme en kølebandage på skulderen i 10-20 minutter flere gange dagligt.

## Kontrol

Der bliver lavet en genoptræningsplan, og du indkaldes til ambulans fysioterapi efter 14 dage. Tiden sendes i din e-Boks.

Du vil blive indkaldt til ambulans kontrol hos speciallægen og en fysioterapeut på sygehuset 3 måneder efter operationen. Tiden sendes i din e-Boks.

## Hvornår må jeg køre bil?

Som udgangspunkt skal alle patienter selv sørge for transport og selv betale kørselsudgifterne. Der er dog nogle få undtagelser. Læs om Esbjerg Sygehus Grindsted Sygehus' Transport og befordringsgodtgørelse på [www.sydvestjysksygehus.dk](http://www.sydvestjysksygehus.dk)

Du må ikke føre et køretøj (bil, motorcykel eller lignende), hvis:

- Du har været bedøvet eller fået afslappende medicin. Gælder frem til næste morgen.
- Du mangler kontrol over arm eller ben. Gælder til du har fuld førlighed igen.

## Spørg, hvis du er i tvivl

Kontakt Ortopædkirurgisk Afdeling.

## Med venlig hilsen

Esbjerg Sygehus Grindsted Sygehus