



## Viborg Privathospital - Patientinformation

Alt hvad du bør vide om  
**pladsskabende operation af skulder**  
**(dekompression)**



# Velkommen til Viborg Privathospital



Denne vejledning er tænkt som en kort information om sygdommen, om den operative behandling og om efterbehandling og kontrol.

## Formål med undersøgelsen/operationen

Indeklemnings sygdom i skulderen (impingement syndrom), er en indeklemningslidelse, der er forårsaget af for lidt plads på undersiden af skulderhøjden, mellem skulderbladknoglen fremspring (acromion) og senerne i ledkapslen nedenunder (rotator cuff'en).



I skulderleddet findes flere forskellige strukturer der kan forårsage smerter, bl.a. hvis en eller flere af disse hæver op pga. irritation, hvilket kan medføre for snævre forhold i skulderleddet (subakromialrummet). Problematikken med smerter pga. for snævre forhold kaldes også indeklemnings syndrom eller impingement og skyldes, at en slimsæk (bursa) eller løftesenen (supraspinatus) kommer i klemme mellem

skulderhøjdebened og overarmsknoglen. Endvidere kan disse strukturer blive klemt pga. et for stort eller meget krummet skulderhøjdebened, der således mindsker pladsen i det nævnte subakromialrum og dermed kan klemme slimsækken og løftesenen.

Hævelse eller irritation af de nævnte strukturer kan bl.a. forårsages af overbelastning af skulderen fx i forbindelse med sportsaktiviteter, ved ensidig gentaget arbejde eller ved arbejde der foregår over skulderhøjde, hvor den samme muskel i forbindelse med en arbejdsdag ikke får den fornødne hvile i løbet af dagen. Endvidere kan instabilitet i skulderen forårsage impingementproblematik.

## Diagnosen

Symptomerne er smerte ved løft af arm og indad drejning af arm. Bevægeligheden er tilsvarende nedsat på grund af smerter. Specielt kan det være svært at få den syge arm/hånd om på ryggen eller strække denne op i luften. Derudover har mange patienter smerter om natten. Periodevise sovende fornemmelser/snurren i hånd og flere fingre kan ses.

Diagnosen stilles ved hjælp af dine oplysninger, resultatet af den lægelige undersøgelse, der oftest suppleres med en test med lokalbedøvelsesmiddel (+ evt. binyrebarkhormon) under skulderhøjdebened samt en røntgenundersøgelse af skulderen.

# Viborg Privathospital - patientinformation



Desuden anvender vi ultralydsskanning for at påvise hævelse (betændelse) i slimsækken og skader på styremuskelsenerne. MR-skanning er sjældent nødvendigt for at påvise sygdommen.

## Behandling med binyrebarkhormon

Hos mange patienter kan tilstanden gå til ro af sig selv ved hjælp af hvile/afkastning, gigtmicin evt. suppleret med fysioterapibehandlinger og muskeltræningsøvelser.

Vi anvender meget ofte blokadebehandling med lokalbedøvelse blandet med binyrebarkhormon som den første behandlingsmetode. Blokaden lægges fra bagsiden af skulderen, og de 5-6 ml. væske sprøjtes ind i slimsækken og de nærmeste omgivelser. Blokaden vil dæmpe betændelsestilstanden og reducere smerterne i løbet af 1-2 dage.

Virkningen er meget forskellig. I flere tilfælde skal der kun gives én behandling, som altså har givet en langvarig virkning på smerterne. Andre patienter oplever en forbigående effekt på 1-3 uger, hvorefter smerterne kommer igen. Disse patienter kan have gavn af yderligere en blokadebehandling efter 4-6 uger eller de tilbydes en operation.

Har blokaden ingen effekt, er det enten fordi den er anlagt forkert eller at smerterne ikke skyldes et indeklemnings-problem, og nye undersøgelser er nødvendig for at finde årsagen til smerterne. I skulderleddet findes flere forskellige strukturer der kan forårsage smerter, bl.a. hvis en eller flere af disse hæver op pga. irritation, hvilket kan medføre for snævre forhold i skulderleddet (subakromialrummet). Problematikken med smerter pga. for snævre forhold

kaldes også indeklemningsyndrom eller impingement og skyldes, at en slimsæk (bursa) eller løftesenen (supraspinatus) kommer i klemme mellem skulderhøjdebenet og overarmsknoglen. Endvidere kan disse strukturer blive klemt pga. et for stort eller meget krummet skulderhøjdeben, der således mindsker pladsen i det nævnte subakromialrum og dermed kan klemme slimsækken og løftesenen.

Hævelse eller irritation af de nævnte strukturer kan bl.a. forårsages af overbelastning af skulderen fx i forbindelse med sportsaktiviteter, ved ensidig gentaget arbejde eller ved arbejde der foregår over skulderhøjdebenet, hvor den samme muskel i forbindelse med en arbejdsdag ikke får den fornødne hvile i løbet af dagen. Endvidere kan instabilitet i skulderen forårsage impingementproblematik.

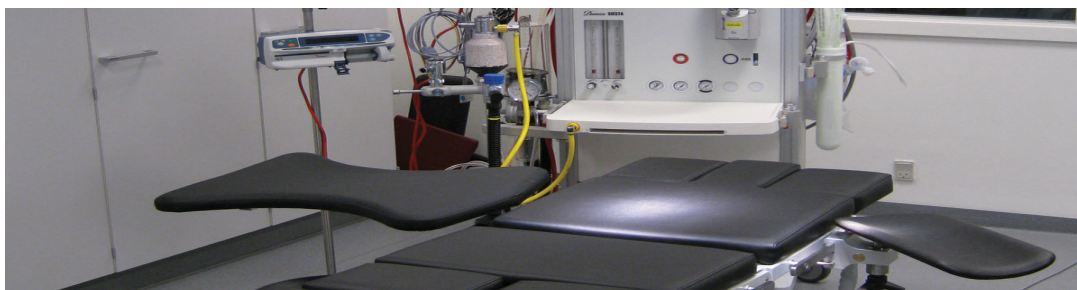
## Risici og komplikationer

Der er praktisk taget ingen bivirkninger forbundet med operationen udover, at de fleste de første 2-4 døgn vil føle skulderen noget "tyk" og spændt. Dette skyldes især det vand, der bruges under operationen. Hævelsen forsvinder gradvist.

Derudover vil der - meget sjældent - kunne forekomme betændelse i de små huller eller - endnu mere sjældent - inden i selve skulderen.

I meget sjældne tilfælde kan der udvikles stivhed i leddet (en frossen skulder) efter indgrebet.

# Viborg Privathospital - patientinformation



## Forberedelse til operationen

Ved enhver operation gælder det, at en krop i god fysisk form er bedre til at komme sig end en krop i mindre god form. Samtidig bør du undgå rygning mindst fire uger før og efter operationen, da rygning nedsætter opheling af sår og knogler.

Endelig skal du træne musklerne så meget, dine smerter tillader det, ved at gå ture, cykle, svømme eller lignende. Spis desuden sundt— specielt er det vigtigt at få proteinrig kost, f.eks. kød, fisk, mælk og ost.

Hos nogle patienter er det nødvendigt at få taget blodprøver og EKG (hertekardiogram) før operationen. Er det aktuelt, vil du blive informeret herom.

## På operationsdagen

Hvilken medicin må jeg tage hjemmefra?

Du skal tage din vanlige medicin på operationsdagen med en lille mundfuld vand. Dog kan der være medicin som du ikke må tage på operationsdagen, men dette vil du blive informeret om ugen før operationen. Ved operationen må du ikke have sår, bumser eller lignende i operationsområdet. Hvis du er i tvivl om et sår, bedes du kontakte os senest dagen før operation.

Det er vigtigt, at du tager et bad inden du tager hjemmefra, og du må ikke anvende nogen form for creme/bodylotion på operationsområdet.

## Faste

Du skal møde fastende, dvs. fra 6 timer før mødetidspunktet, må du ikke spise, ryge eller drikke. Se også den pjece, som du har fået udleveret om fuld bedøvelse.

## På hospitalet

### Før operationen

Du vil få en samtale med den kirurg, der skal operere dig, og kirurgen vil opmarkere operationsstedet. Herefter vil du få en samtale med narkoselægen om selve bedøvelsen, og du vil få smertestillende medicin, som forberedelse til bedøvelsen. Du får dit eget aflåst skab til tøj. Efterlad venligst værdigenstande og smykker hjemme.

### Selve operationen

Den operation, du har fået tilbudt er en såkaldt dekompressions-operation, dvs. at der under skulderhøjden skabes mere plads til slimsækken og de indeklemte sener.

Operationen foretages i fuld bedøvelse. Der laves en kikkertoperation (artroskopi) af det syge skulderled, som undersøges for skader og overbelastningslidelser.

Igennem 1-2 andre små huller fortil og på ydersiden af skulderen fjerner vi den betændte slimsæk samt en lille del af knoglen på undersiden af skulderhøjden med en shavermaskine og skaber derved den fornødne ekstra plads. Selve operationen tager ca. ½ time.

Finder vi andre skader i leddet – hyppigst seneskader – medfører det, at operationen udvides med kirurgisk behandling af disse.

I tilknytning til operationen lægges en smerteblokade, der dæmper smerterne efter operationen og reducerer blødningen. De små huller i huden lukkes med nylontråd.

# Viborg Privathospital - patientinformation



## Efter operationen

Efter operationen vågner du op i rolige omgivelser på opvågningsstuen. Her overvåges du af specialuddannet personale, indtil du er klar til at blive afhentet sædvanligvis få timer efter operationen. Du vil blive tilbudt noget at spise og drikke. Du får smertestillende medicin med hjem til de første tre dage efter operationen.

Når du har været i fuld bdøvelse, må du IKKE køre hjem, og du skal være under voksent opsyn det første døgn! Inden hjemsendelsen vil du blive orienteret af kirurgen om selve operationen og den efterfølgende plan. Samtidig får du en kopi af journalen udleveret eller den vil blive sendt til dig efterfølgende.

## Når jeg kommer hjem

### De første dage efter operationen

De første 3-4 dage efter operationen vil du have brug for en del smertestillende medicin, som du vil få udleveret af opvågningspersonalet. Så snart smerterne tillader det, skal du starte med at lave bevægeøvelser i skulderleddet for at modvirke stivhed i leddet. Du vil få udleveret en pjece med øvelser herfra.

I forløbet efter operationen skal man påregne, at skulderen godt kan hæve op og give smerter, specielt hvis man lige har lavet sine øvelser, hvorefter det kan være en god ide, at komme ned og ligge og slappe lidt af og evt. ligge en ispose på skulderen (husk at ligge et håndklæde eller viske-stykke på skulderen først).

## Ugerne efter operationen

De første 2-3 uger tilrådes kun let belastning af armen (maks 2-3 kg.) og ingen belastninger med armen løftet fremad og udad. Derefter øges belastningerne afhængig af smerterne. Du bør ikke køre bil de første 10-14 dage. De fleste mærker først gavn af operationen efter 8-10 uger. Derfor må du være lidt tålmodig. Du kan forvente fremgang helt op til seks måneder efter operationen.

Kun de færreste patienter behøver en decideret træning hos en fysioterapeut, men det afgør vi hen ad vejen ved den efterfølgende kontrol, der oftest finder sted 6-8 uger efter operationen.

Hvad angår sygemelding, afhænger det meget af hvilken form for arbejde du har, om det er let eller tungt fysisk arbejde. Ved let fysisk arbejde ligger sygemeldingsperioden ca. på 2-4 uger og ved hårdt fysisk arbejde, som fx tømrer skal man regne med mindst tre måneders sygemelding.

Påbegyndelse af sportsaktiviteter afhænger meget af den enkeltes forløb, men man skal påregne pause fra kontaktsport, fx håndbold i minimum tre måneder.

# Viborg Privathospital - patientinformation

Se meget mere på [viborgprivathospital.dk](http://viborgprivathospital.dk)



## Spørgsmål

Opstår der inden operationen spørgsmål, som du har behov for at få afklaret, er du velkommen til at tage kontakt til Viborg Privathospital. Dette gælder også, hvis der opstår problemer eller hvis du er i tvivl om noget efter operationen.

Du er altid velkommen til at kontakte Viborg Privathospital.

## Patientrettigheder

Vi beder dig kontakte klinikchef Søren Kjeldsen på telefon 87 25 08 99, hvis du som patient eller pårørende har modtaget en behandling, som du ikke er tilfreds med.

## Øvrige klagemuligheder

Hvis du er kommet til skade som følge af en behandling eller efter brugen af et lægemiddel, kan du henvende dig til Viborg Privathospital.

## Patientforsikringen

Nytorv 5  
1450 København K  
Telefon 33 12 43 43  
[www.patientforsikringen.dk](http://www.patientforsikringen.dk)

Hvis du vil klage over den behandling, du har modtaget eller f.eks. over brud på dine rettigheder som patient, kan du henvende dig til Patientombuddet eller patientkontoret i regionen.

## Patientombuddet

Frederiksborggade 15, 2. sal  
1360 København K  
Telefon 72 28 66 00  
[www.patientombuddet.dk](http://www.patientombuddet.dk)

## Viborg Privathospital

Viborg Stadion, indgang 0  
Stadion Allé 7, 2.  
8800 Viborg

Telefon: 87 25 08 99  
Telefontid:  
Man. – tors. kl. 08.15-15.30  
Fredag kl. 08.15-15.00  
Fax: 87 25 08 98

[post@viborgprivathospital.dk](mailto:post@viborgprivathospital.dk)  
[www.viborgprivathospital.dk](http://www.viborgprivathospital.dk)

Udarbejdet 31.08.11 af Tina Hansen  
Revideres august 2014