



Viborg Privathospital - Patientinformation

Alt hvad du bør vide om
frossen skulder



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

Betegnelsen en frossen skulder dækker over en betændelsesagtig tilstand i skulderleddet, hvor ledkapslen nærmest "klistrer" sig fast til og omkring overarmens ledhoved og ledskål, hvilket medfører smerter og ofte kraftig bevægeindskrænkning.

Årsagen til den frosne skulder tilstand kendes ikke helt, den kan opstå spontant eller udvikles efter et traume eller en skade. Den spontant opståede frosne skulder er den hyppigste og den rammer oftest personer i 40-60 års alderen, hvor kvinder rammes oftere end mænd og patienter med sukkersyge er særligt udsatte.

Sygdommen er karakteriseret ved tre stadier:

1. stadie viser sig ved tiltagende smerter og bevægeindskrænkning i skulderleddet, i 2. stadie er skulderen stiv, men smerterne aftager og i 3. stadie er der ingen smerter og bevægeligheden bliver langsomt bedre.

I 1. stadie kan smerterne til tider være ret udtalte. Hele forløbet er meget individuelt - men uden operation er det langvarigt og svingende mellem 1½ - 3 år.

Undersøgelse og diagnose

Før en evt. operation kan komme på tale har man normalvis haft smerterne i skulderen i 4-6 måneder og smerterne har toppet i intensitet, da man ved for tidlig operation kan risikere at skulderledkapslen atter kan blive for stram. Vores ortopædkirurgiske skulder-

albuespecialist vil ud fra dine smertesvar omkring din skulder og diverse specifikke skuldertests snakke med dig om de behandlingsmuligheder der er, for at hjælpe dig bedst muligt.

Hvis lægen efter ovennævnte undersøgelsesmetoder stadig er i tvivl om diagnosen, har han mulighed for at indstille dig til en MR-skanning.

En frossen skulder kan behandles uden operation. Behandlingen består i smertestillende medicin, blokader med steroid 2-3 gange i ledkapslen, begrænsning i de fysiske aktiviteter på arbejde og i fritiden i en lang periode. Som nævnt har sygdommen en god prognose også uden operation, men forløbet er meget langvarigt og oftest bliver der en permanent let nedsat bevægelighed.

Risici og komplikationer

Der er en meget lille risiko for infektion i såret (under 0,5 %). Kontakt os, hvis der kommer rødme og/eller hævelse omkring skulderleddet og samtidig feber.

Ny arvævsdannelse kan medføre, at skulderen bliver stiv og smerterne kommer igen. Det viser sig oftest 2-3 uger efter operationen. Sukkersygepatienter må forvente forstyrrelser i blodsukkerværdierne i tilknytning til både blokader og operation.

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 ophealing 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 (hjertekardiogram) 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 aflåste skab til tøj. Efterlad venligst værdigenstande og smykker hjemme.

Selve operationen

En operation udføres for at afkorte sygdomsforløbet. Operationen bør først gennemføres, når smerterne har toppet i deres styrke – oftest 4-6 måneder efter sygdommen er startet. For tidlig operation medfører en stor risiko for, at leddet bliver stift ret hurtigt efter operationen.

Operationen udføres som en kikkertoperation.

Alle strukturer i skulderleddet inspiceres, den stive og tykke kapsel gennemskæres/løses, og alle sammenvoksningerne fjernes.

Derefter bevæges leddet helt igennem, hvorved den sidste stivhed brydes.

Operationen foregår oftest som et ambulantly indgreb i fuld bedøvelse.

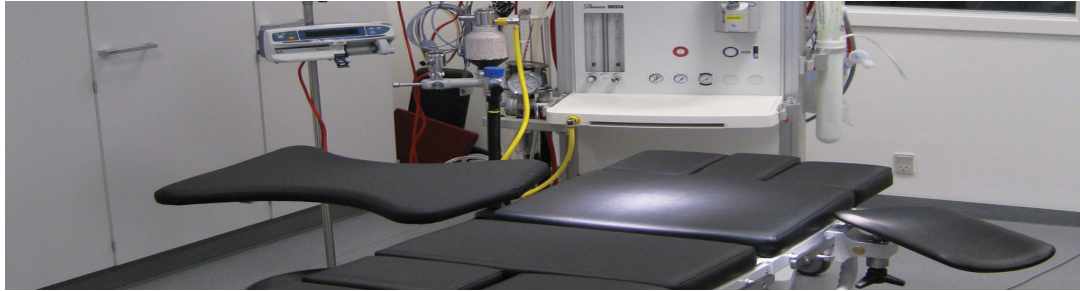
Efter operationen

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 bedøvelse, 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.

Viborg Privathospital - patientinformation



Når jeg kommer hjem

De første dage efter operationen

I forløbet efter operationen vil man have smerter og man skal regne med, at skulderen godt kan hæve op, specielt hvis man lige har lavet sine øvelser, hvorefter det kan være en god idé, at komme ned og ligge og slappe lidt af og evt. lægge en ispose på skulderen (husk at lægge et håndklæde eller viskestykke på skulderen først). Efter operationen er det vigtigt du er tilstrækkelig smertedækket, så du kan holde ud at lave dine øvelser, da dette er ekstremt vigtigt, således ledkapslen ikke "klistrer" sig fast igen.

Øvelser

Efter operationen er det vigtigt, at du kommer i gang med at bevæge skulderen så hurtigt som muligt for at vedligeholde den bevægelighed, som du har opnået ved operationen. Du vil blive instrueret i øvelserne. Næste dag aftales tid til behandling hos en fysioterapeut. Derefter fortsætter behandlinger hos fysioterapeuten ca. tre gange ugentligt de første to uger. Du skal desuden lave øvelser mange gange daglig derhjemme, og du må i øvrigt bruge armen frit til almindelig daglige gøremål. Du skal dog ikke løfte genstande over to kg de første fire uger efter operationen.

Såfremt din genoptræning skal foregå i hjemkommunen, vil vi arrangere dette. I de tilfælde anbefaler vi at træningen påbegyndes af vores fysioterapeuter.

Har du en sundhedsforsikring, skal du undersøge hos dit forsikringselskab, om de dækker fysioterapeutisk behandling efter operation, da dette kan variere forsikringselskaberne imellem.

Behandlingsforløbet hos fysioterapeuten er individuel, men de fleste kan afsluttes 4-6 uger efter operationen.

Ugerne efter operationen

Sygemelding

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, fx kontorarbejde ligger sygemeldingsperioden ca. på 2-3 uger og ved hårdt fysisk arbejde, som fx tømrer skal man regne med mindst 2-3 måneders sygemelding.

Viborg Privathospital - patientinformation

Se meget mere på 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

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

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
www.viborgprivathospital.dk

Udarbejdet 04.09.11 af Tina Hansen
Revideres september 2014