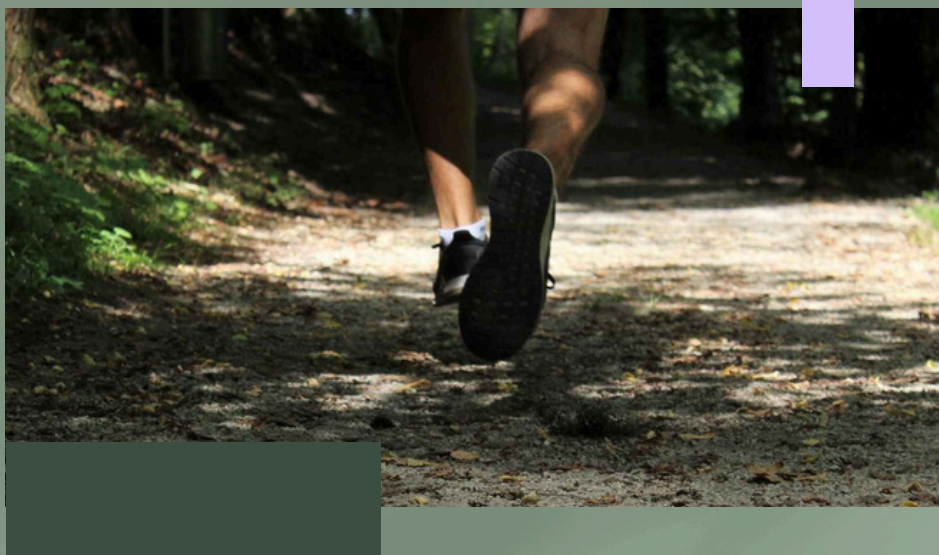


Operation af svangsenen





Velkommen til Budolfi Privathospital

Du skal have fortaget en operation af din svangsene i foden og i denne pjece kan du læse om undersøgelse, behandling og operationen, hvordan du forbereder dig og hvad du kan forvente efter operationen.

Betændelse i svangsenen er en hyppig overbelastningsmerte. Problematikken behandles som udgangspunkt konservativ med øvelser og aflastning.

I sjældne tilfælde kan operation være nødvendig. Her laver kirurgen et lille snit i hælen for at få adgang til svangsenen, som er den bindevævsplade, der strækker sig fra hælen til tæerne. Kirurgen løsner eller skærer en del af svangsenen fra hælbenet, for at reducere spændingen og inflammationen. Snittet lukkes med sting, og området bandageres.

1. Forberedelse til operationen

1.1. Recepter/medicin

På selve operationsdagen laver kirurgen recepter, som du eller pårørende kan hente på apoteket efter udskrivelse.

Hvis du får blodfortyndende medicin, skal du følge anvisninger fra lægen om pause inden operationen. Er du i tvivl, skal du kontakte os.

Grundet højere blødningstendens, skal du ophøre med at tage fiskeolie og andre typer kosttilskud en uge før operationen.

Du kan finde flere informationer omkring din medicin på følgende apps: Min læge eller min Sundhed vil du kunne se, hvilke recepter du har liggende.



1.2 Hjemlige forhold

Vi opfordrer til at man får tilrettelagt dagene op til operationen så du gør det så nemt for dig selv efter operationen.

Fx får lavet færdigretter, handlet ind, vasket tøj, gjort rent og fundet et godt sted hvor du kan ligge med foden eleveret.

1.3 Rygning

For at sikre en optimal sårheling anbefaler vi, at du stopper med at ryge i tiden før og efter operationen.

1.4 Hygiejne

Vask dig grundigt inden operationen, og sørg for at have korte rene negle. Undlad neglelak og smykker på foden. Undgå at smøre foden ind i creme.

Vi anbefaler at du tager noget behageligt tøj på, som er nemt at iklæde sig efter operationen og som ikke sidder stramt om benet, idet du får en forbindelse på foden.

1.5 Transport

Man skal selv sørge for transport til og fra hospitalet.

Du kan med fordel sidde på bagsædet med eleveret fod på hjemturen.

Medbring gerne en pude/tæppe som du kan bruge til at lægge foden blødt på til hjemturen.

1.6 Planlæg sygemelding

Efter en operation af svangsenen kan helingsperioden variere afhængigt af flere faktorer, herunder type af arbejde og patientens generelle helbred. Du skal forvente minimum 4 ugers sygemelding og har du fysisk krævende arbejde, kan du forvente sygemelding i 2-3 måneder. Du aftaler med lægen, hvor længe der forventes i din situation.

De første 3-4 dage efter operation skal du ligge med foden over hjertehøjde 23 timer i døgnet, for at stoppe blødning og undgå hævelse.

2.0 Bedøvelse og faste

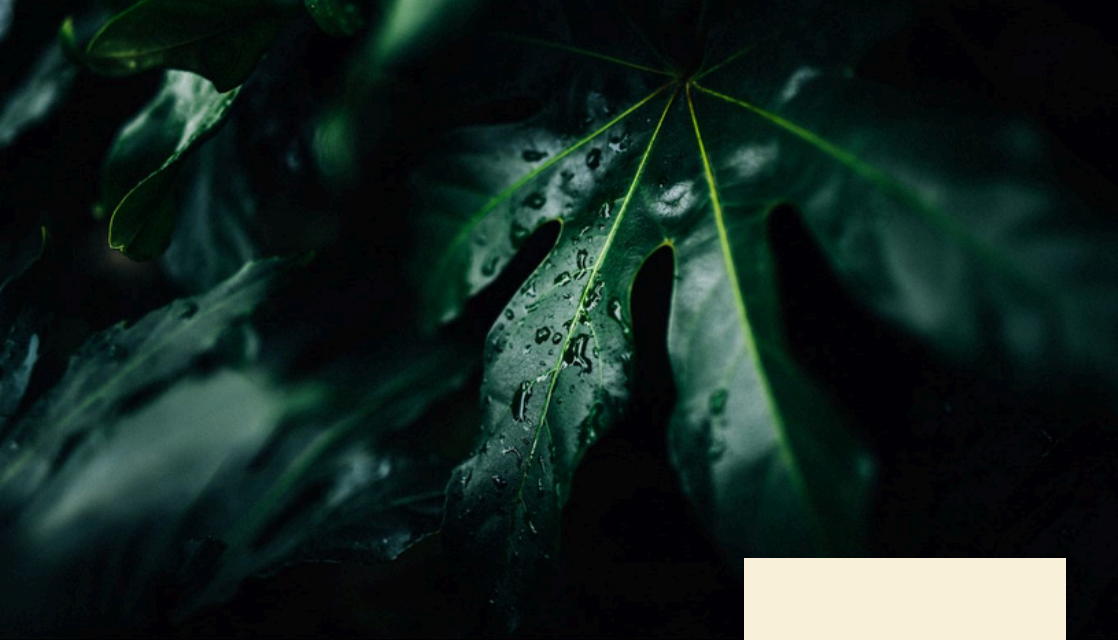
Anæstesi-lægen vurderer hvilken bedøvelse som er bedst egnet til dig. I de fleste tilfælde vil man bruge fuld bedøvelse eller blokade fra knæ og ned. En blokade af nerven gør, at smertesignalerne ikke når til hjernen. Ud over smertesansen bedøves følesans og evnen til at aktivere musklerne i det ben, hvor blokaden er anlagt er ligeledes bedøvet. Varigheden af blokaden afhænger af typen af lokalbedøvelse og der er individuel variation.

2.1 Smertestillende nerveblokade i forbindelse med operation



Sådan foregår anlæggelsen af blokaden:

Blokaden anlægges af en narkoselæge ved hjælp af ultralyd til at visualisere nerven. Du er vågen imens det står på, men du kan få beroligende i forbindelse med proceduren ved behov. Du ligger ned under proceduren. Der vil hele tiden være nogen hos dig og være dig behjælpelig. Det tager ca. 15 minutter.



2.2 Forholdsregler efter anlæggelsen af blokaden

Efter anlæggelsen af blokaden med lokalbedøvelsen, vil virkningen indtræffe efter få minutter og vil klinge af efter 12-24 timer. Mens blokaden virker, vil området, som den bedøvede nerve forsyner, være smertedækket, følelsesløs, prikkende og stikkende fornemmelse og musklerne vil være midlertidigt lammede.

Derfor er det vigtigt, at du passer på området, så du ikke kommer til skade, fordi du ikke kan mærke det. Du kan eksempelvis ikke støtte på en fod, der er bedøvet.

Efter 12 timer skal du påbegynde den smertestillende behandling med tabletter, som du har fået anvist af personalet.

Nerveskade

Når nerveskader forekommer, er de typisk forbigående. Forbigående nerveskade opstår ved 0,027-2,84% af alle nerveblokader. Længerevarende eller persisterende nerveskader ses ekstremt sjældent, med en incidens 0,1/10.000.

Hvis du oplever vedvarende (mere end 7 dage) føleforstyrrelser efter din operation, skal du kontakte os.

Du skal derfor være fastende når du møder op til operationen. Derfor skal du følge disse retningslinjer:

> 6 timer før operationen	6-2 timer før operationen	< 2 timer før operationen	Mødetiden på Budolfi Privathospital
Al mad og drikke.	INGEN mad – kun drikke	INGEN mad og drikke	
Frem til 6 timer før din operationstid på Budolfi Privathospital må spise og drikke som vanligt.	Frem til 2 timer før din operationstid på Budolfi Privathospital må du drikke tynde væsker som kan være følgende: Sød saftevand Juice uden frugtkød Kaffe / the uden mælkeprodukter Sodavand	2 timer før din operationstid på Budolfi Privathospital må du ikke spise eller drikke noget. Ingen bolcher eller tyggegummi	

3. På operationsdagen

Du bliver modtaget af en sygeplejerske, som vil klargøre dig til operationen. Inden operationen vil du komme til at tale med kirurgen, som skal operere dig og anæstesilægen, som står for bedøvelsen.

Dine pårørende er velkomne til at vente i vores ventelokale eller køre en tur, indtil du er klar til udskrivelse.

Skulle du mod forventning være forhindret i at møde op til aftalt tid på operationsdagen, eller på anden måde have brug for at komme i kontakt med os uden for åbningstiden, kan du kontakte os på telefonnummer 54 34 71 52.

Telefonen er åben fra kl. 7:00 og kun brugbar på operationsdagen.

4. Operation

Operationen tager ca. 1-2 timer, hvorefter du kommer på opvågningen og er indtil udskrivelse.

Anæstesilægen vurderer hvilken bedøvelse som er bedst egnet til dig. Hvis du er vågen under operationen, vil du kunne mærke berøring og tryk.

Det er vigtigt at man kan gå på krykker, hvis der opereres i nerveblokade. Du vil ikke kunne se selve operationen, men vil kunne høre, hvad der foregår. Derfor er du velkommen til at lytte til musik/podcast undervejs og medbring gerne airpods eller lign til din telefon, hvor du kan høre det du har lyst til.

5. Efter operationen

Efter operationen kommer du i opvågningen. Din fod er eleveret til over hjertehøjde og du har en forbindelse og støttebind om foden. En lille smule blod på forbindingen er helt normalt.

Du skal bruge plaster indtil såret er helet og der ingen sivning er mere. Ved 80 % gennemsivning eller hvis plastret bliver vådt, skal du skifte plastret. Med tiden skal plastret ikke skiftes så hyppigt.

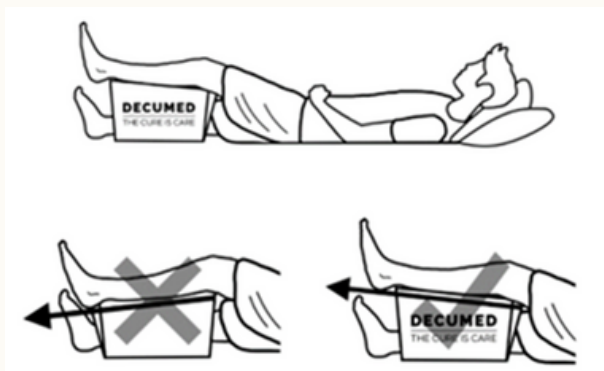
Du må IKKE støtte på foden de første 4 uger og du skal derfor have krykker med herind. Efter 4 uger kan belastning indenfor smertegrænsen startes.

Det er en god ide at øve krykkegang inden operationen.

6. Aktivitet

Du vil have brug for at mindske hævelsen i din fod efter operationen og derfor råder vi dig til at, du den første uge, ligger med benet over hjertehøjde 23 timer ud af 24 timer. Efterfølgende kan det stadig være nødvendigt at have benet lejret over hjertehøjde flere gange dagligt, specielt når du har været oppe at gå.

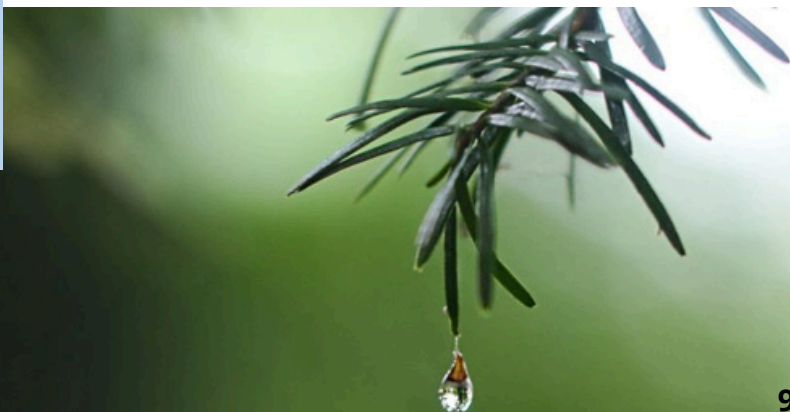
Du skal aktivere venepumpen ved at vippe din fod op og ned 25 gange 5 gange om dagen.



7. Smertestillende

	Kl. 6	Kl. 12	Kl. 18	Kl. 22
Tablet Panodil 500 mg	2 stk.	2 stk.	2 stk.	2 stk.
Tablet Malfin 10 mg Depottabletter <i>Efter instruks</i>				
Tablet Morfin 5 -10 mg Ved behov op til 5 gange dagligt.				
Tablet Toilax 5 mg (så længe du spiser Malfin)				Kl. 22 2 stk.

Hvis du har fået en blokade i foden, anbefaler vi, at du tager en tablet Dexametason 4 mg for at mindske smerterne, når blokaden aftager, og du overgår til tabletbehandling. Denne tablet udleveres ved udskrivelsen fra opvågningsafdelingen. Tages 12 timer efter endt operation.



8. Forbinding

Du skal beholde forbindingen på de første 4 dage, hvorefter du kan tage den af og bruge almindeligt plaster. Vi anbefaler at bruge plaster indtil såret er tørt og ikke væsker mere.

Den første uge skal du have en pose ud over foden mens du går i bad. Derefter skifter du plasteret efter bad, så du får et tørt og rent på.

Undgå karbad og svømmehal indtil tråde og metal er fjernet og såret er lukket.

9. Bilkørsel

Du må køre bil igen når du har fuld førlighed. Dette betyder at du skal have fuld kontrol og kraft i det opererede ben. Tidligst efter 4-6 uger.

10. Kontrol

4 uger efter operationen indkaldes du til stingfjernelse og kontrol hos en fysioterapeut.

3 måneder efter operationen hos kirurgen.



11. Risici og komplikationer

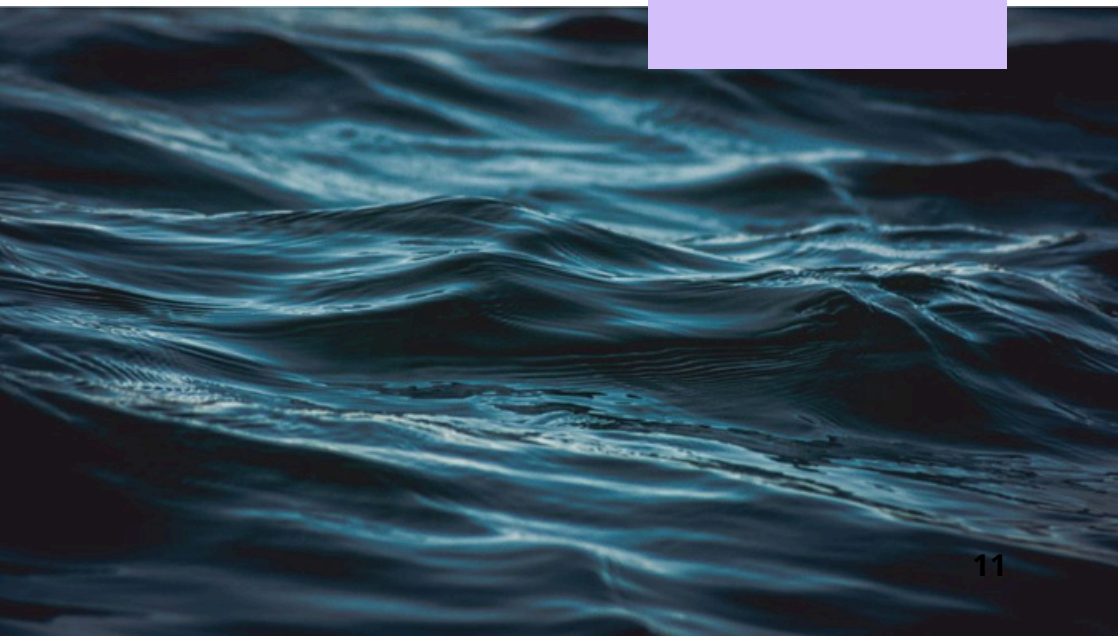
11.1 Infektion

Ved operation er der altid risiko for infektion. Vær opmærksom på tiltagende smerter, hævelse og varme samt gult pus og feber over 38 grader. Oftest kan dette behandles med antibiotika og yderst sjældent operation.

Det er normalt, at foden hævet. Hvis der kommer svær rødme af foden, skal du kontakte din egen læge.

11.2 Føleforstyrrelser

Du kan opleve nedsat følesans i et lille område omkring operationssåret. Det vil oftes normaliseres efter 2-3 mdr.





Kontakt

**Vandmanden 10E,
9200 Aalborg SV**

+45 70 11 11 66

Telefontid: 8:00 - 14:00

Info@budolfiprivathospital.dk

www.budolfiprivathospital.dk