

Efter operation av rotatorkuff

Denna anvisning är avsedd för att utskrivas. Anvisningen innehåller ställen som ska fyllas i.

Operationen

Rotatorkuffen räknas till axelns fyra senor av vilka en del går under skulderbladkammens utskott. I operationen repareras rotatorkuffsenorna antingen i öppen operation eller i titthålsoperation med olika stygn och eventuellt genom att använda så kallad benankare. På samma gång avlägsnas från skulderbladkammens utskott en kilformig bit. Syftet med detta är att ge mer utrymme och att få bort inklämningen som trycker på senan.

Sårvård

Om det inte kommer sekret ur såret får sårförbanden tas bort och såret får bli vått 48 timmar efter operationen. Såret får inte duschas med tryck, får inte tvålas in eller gnidas.

Om såret blöder eller det kommer annat sekret ska det täckas med rena sårförband. Smutsigt eller vått sårförband ska bytas. Tvätta händerna före och efter du rört vid såret.

Avlägsnande av stygnen

Stygnen/agrafferna avlägsnas på hälsovårdscentralen eller företagshälsovården ____/____.
Boka tiden själv.

Stygnen är resorberbara (smälter av sig själv). Det tar cirka två veckor för stygnen att smälta. Under den här tiden är det förbjudet att bada bastu eller bada.

Du får bada bastu och bada ett dygn efter att stygnen tagits bort.

Rehabilitering

Mitella används i 2-3 veckor efter operationen, under den här tiden ska skuldrans ställning vara avslappnad och bekväm. Efter detta påbörjas assisterade rörelseövningar. I de dagliga aktiviteterna och då du rör på dig är det viktigt att beakta god skulderhållning och avslappnade medrörelser. Axelledens aktiva rörelseövningar börjar sex veckor efter operationen, efter detta får du belasta axelleden aktivt. I rörelserna är det viktigt att det inte förekommer smärta och att man framskrider gradvis för att öka rörligheten och för att stärka muskelkraften. Maximal användning av krafterna ska undvikas i tre månader efter operationen. Följ fysioterapeutens instruktioner.

Smärtbehandling

Kylförpackningar och smärtstillande medicin minskar på svullnaden och smärtan och främjar återhämtningen. Följ de instruktioner du fått om hur du ska ta smärtstillande medicin. Det är viktigt att ta smärtstillande medicin med tanke på rehabiliteringen så att du kan följa fysioterapiinstruktionerna. Det är bra att använda kylförpackningar flera gånger om dagen, särskilt de första dygnet efter operationen.

Fortsatt vård

När du skrivs ut får du tid till fysioterapeut och vid behov till den opererande läkaren.

Ta kontakt med den vårdande enheten om

- det på eller runtom såret uppstår ökande hetta, svullnad eller rodnad
- såret blöder hela tiden eller det kommer annat sekret
- det i leden känns ökande smärta trots smärtstillande medicinering
- du får feber över 38 grader.

Egentliga Finlands sjukvårdsdistrikt • www.vsshp.fi/sv • Växel 02 313 0000

Denna anvisning är ämnad för våra patienter som är i ett vårdförhållande.