

Patientinformation

Dagkirurgisk knäprotesoperation



*Det är viktigt att du läser **hela denna information** och följer de instruktioner som finns.*

Du är operationsanmäld för en knäprotes. Nu närmar sig operationsdagen. Du får denna information i samband med kallelsen till ett besök för sista kontrollundersökning och information inför operationen.

För att minska smittorisen och kunna hjälpa fler patienter med befintliga resurser har vårdtiden kring en protesoperation kraftigt reducerats under de senaste åren. Detta är också möjligt tack vare utvecklingen av den tidiga postoperativa smärtbehandlingen. Idag utförs en allt större andel av operationer, hos relativt friska patienter, polikliniskt. Det innebär att man som patient kan åka hem samma dag som man har opererats.

Efter genomgång av din journal anser vi att du inte behöver övernatta på avdelningen efter operationen utan kan åka direkt till hemmet.

Operationer som utförs polikliniskt sker oftast i s.k. helnarkos där du sovs under operationen.

Vid knäledsplastik byter man ut ledytorna på var sida om leden och ersätter dessa med delar av metall. På underbensdelen fästs en slityta av plast. Metalldelarna förankras i benet med en välbeprövad metod. Protesdelarna väljs utifrån den storlek som passar för varje enskild patient.

Inför operation

Innan kontrollbesöket ska du lämna blodprover och ta ett EKG. Detta görs på din hälsocentral eller på fyslab på Norrlands universitetssjukhus. Remiss för detta kommer med kallelsen, men du ska själv boka tid för provtagning.

Vid kontrollbesöket som vanligtvis sker en till tre veckor innan operationen, träffar du en sjuksköterska och fysioterapeut samt underläkare. Det görs också en bedömning av narkosläkare, oftast sker den bedömningen utifrån din journal och provsvar. Du träffar alltså inte rutinemässigt en narkosläkare innan operationen. Räkna med att kontrollbesöket tar flera timmar i anspråk. När allt är klart åker du hem. Information om operationsdatum får du i kallelsen eller ibland vid besöket.

Ta med dig:

- ☐ Aktuell medicinlista
- ☐ Ifyllt frågeformulär som du fått i kallelsen



Glöm inte att informera ev. arbetsgivare om förestående operation och sjukskrivning. Boka inte någon längre semester-resa inför planerad operation. Se till att ordna med eventuell hjälp för eftervårdstiden eller anpassning av boende vid behov, redan innan operationsdagen.

Vid kontrollbesöket innan operationen får du recept på läkemedel som du skall

ta efter operationen. Du hämtar ut medicinen på valfritt apotek innan operation och behöver **ta med dig medicinerna på operationsdagen.**

Observera att du kan behöva göra uppehåll med vissa av dina tidigare mediciner inför din operation. Det kan vara mediciner som ger en ökad risk för blödning. Det gäller både mediciner du har fått utskrivna på recept och även receptfria mediciner som till exempel Ipre[®] eller Treo[®]. I din kallelse följer det med en instruktion om vilka eventuella läkemedel som gäller för dig och hur många dagar innan operationen du ska göra uppehåll med dem.

Det är av största vikt att själv inspektera huden på hela kroppen.

Vid pågående infektion eller om du har skadad hud – d.v.s. sår, rivmärken, sårskorpor, svamp eller eksem **måste** du omgående höra av dig till operationsplaneraren för samtal och diskussion om din operation måste flyttas fram.

Huden måste vara fri från hudskador för att operation ska gå att genomföra. Kontakta även operationsplaneraren om du sökt vård utomlands under de senaste sex månaderna.

Operationsdagen

Kvällen innan operation och på operationsdagens morgon ska du tvätta dig enligt separat instruktion för att minska infektionsrisken. Viktigt att använda rena klädomyten att ta på efter varje operationstvätt.



Från klockan tolv, natten mot operationen, ska du vara fastande, det vill säga inte äta eller dricka.

Ta inga läkemedel på operationsdagens morgon.



De läkemedel du skall ha operationsdagen kommer ansvarig sjuksköterska att ge dig.

Glöm ej att ta med dig medicinerna du fått utskrivet under kontrollbesöket, på operationsdagen.

På operationsdagens morgon ska du infinna dig på **Dagkirurgiska enheten (DKE) kl 06.45, anmäl dig digitalt, gå till trapphus A, plan 3 Anestesimottagning för vidare instruktion.**

Under operationen ges infektionsförebyggande läkemedel i form av antibiotika. Är du allergisk mot antibiotika eller annat läkemedel måste du meddela detta.

Operationen tar omkring 1,5–2 timmar. Direkt efter operationen får du en bedövning i ditt opererade ben som skall underlätta smärtlindringen av knäleden

första dygnet. Denna påverkar inte muskelstyrkan i ditt ben.

Efter operationen vårdas du under ca 3–4 timmar på Dagkirurgiska enheten (DKE), för övervakning. Under denna tid justeras smärtmedicineringen efter dina behov, ditt blodtryck kontrolleras och du får infektionsförebyggande läkemedel.

Innan hemgång får du utföra en röntgenkontroll av knäprotesen på röntgenavdelningen.

Du får även träffa fysioterapeut som ger info om rörelse- och muskeluppbyggande träningssövningar för de första 6 veckorna efter operationen, samt kontrollerar att mobiliseringen fungerar bra.

Att komma i gång efter din operation

Tidig mobilisering efter en protesoperation har visat sig minska risken för blodproppar och lungkomplikationer.

Dessutom bidrar det till en snabbare rehabilitering över lag. Efter en knäprotesoperation får man belasta på den nyopererade knäleden direkt enligt de instruktioner som fysioterapeuten och personalen ger dig.

Du får hjälp att kliva upp ur sängen och redan någon timme efter operationen kan du vanligtvis ta dina första steg med din nyopererade knäled.

Aktiv rörelse- och styrketräning är av största vikt och ditt aktiva deltagande i

rehabiliteringen påverkar resultatet av operationen på sikt. Tidig rörelseträning motverkar en mer utdragen rehabilitering, och ökar chanserna för att uppnå bästa möjliga rörelsomfång och stabilitet, för just din led.

Som nyopererad kommer du att behöva vissa hjälpmedel. Gånghjälpmedel (kryckor eller rollator) används under de första veckorna efter operationen. Dessa kommer du få under kontrollbesöket, av arbetsterapeut eller fysioterapeut.

Bibehåll två kryckor tills du känner dig stadig på benen och kan gå utan att halta. Cirka 6 veckor. **Du behöver ta med dig dina kryckor eller rollator på operationsdagen. Det är viktigt att du fysiskt klarar av att använda gånghjälpmedel. Om du inte tror att det är möjligt måste du meddela detta vid kontrollbesöket.**

Om det är några ytterligare hjälpmedel som du behöver för att klara vardagliga sysslor, ser fysioterapeuten och arbetsterapeuten över dina specifika behov redan vid det nu planerade kontrollbesöket.

Hemgång

Hemgång sker **samma dag som operationen** under förutsättningen att operationen har förlöpt utan komplikationer och att du mår bra efter operationen.

Innan hemgång ska du klara av att:

- ☐ ta dig i och ur sängen själv på ett bra och säkert sätt.
- ☐ klara av- och påklädning.
- ☐ resa dig upp från- och sätta dig ned på stol och toalett.
- ☐ använda hjälpmedel på lämpligt sätt.
- ☐ genomföra toalettbestyr självständigt.
- ☐ gå självständigt med utprovat gånghjälpmedel.

Det är viktigt att du har någon närstående som möter dig i hemmet och med fördel någon som finns i din närhet första natten efter operationen om du skulle behöva hjälp med något.

Om det uppstår funderingar eller problem under första natten får du kontakta sjukvården via 1177. Du blir kontaktad av sjuksköterska för att tidigt uppföljningssamtal redan dagen efter operationen. Därefter vänder du dig till artroplastiksjuksköterskan på ortopedmottagningen, NUS, vid funderingar, gäller kontorstid.



Smärtlindring

Din artrossmärta har efter operationen ersatts av en operationssmärta, som kan kvarstå under några veckor och ibland månader. Därför är det viktigt att du tar den smärtstillande medicin som du blir ordinerad. Recepten skrivs som sagt på kontrollbesöket.



Förband/plåster/stygn

Efter protesens satts på plats försluts knäleden och det ska vara vätsketätt. Efter operationen har du metallklämmor så kallade "Agrafer" som stygn på huden. Dessa skall sitta kvar i 3 veckor.

Du ska själv boka tid för sårkontroll och agraffborttagning hos distriktssköterskan på din hälsocentral. Du kan med fördel göra det direkt du kommit hem. Förbandet/ plåstret ska sitta kvar i tre veckor efter operationen.

OBS! Om förbandet skulle börja lossna eller risk att vätska tränger ut under plasten innan sårkontrollen, måste du omgående kontakta Artroplastiksjuksköterska på ortopedmottagningen, för hjälp med steril omläggning. Om efter kontorstid kontakta 1177. Förbandet/plåstret ska vara vätsketätt utan någon glipa in under plasten under hela hudläkningstiden.

Vid förbandsläckage i hemmet får du provisoriskt förstärka förbandet, utan att dra bort det befintliga operationsförbandet, samt linda knäleden. Denna förstärkning får sitta fram tills möjlig steril omläggning. Vid sårsläckage får man tillfälligt pausa bójträningen i knäled tills man fått träffa ortopedläkare.

Livsföring

Det går bra att duscha efter operationen, men det är viktigt att förbandet/ plåstret sitter ordentligt. Däremot får du inte bada (vare sig i badkar, pool, hav eller bastu) på tre till fyra veckor tills dess att såret är helt läkt.

Ta smärtstillande tabletter så att du orkar vara uppe. Vardagsmotion och träning utifrån det program som du ordinerats av fysioterapeuten på avdelningen är mycket viktig.

Undvik att belasta över smärtgränsen och var försiktig med tunga lyft och styrketräning ca två månader efter operationen.

Ibland uppstår övergående förstoppning efter en operation, försök undvika det genom att äta fiberrikt, dricka mycket vätska och inte vara alltför stillasittande.



Du bör inte köra bil förrän tidigast sex veckor efter operationen. Denna uppmaning beror på att din reaktionsförmåga är nedsatt efter operationen och att du har minskad styrka och kontroll över ditt ben under de första veckorna.

Sjukskrivning

Säg till om du behöver en sjukskrivning. En vanlig sjukskrivningstid är cirka 3-5 månader beroende på vad du jobbar med.



Komplikationer

Risken för komplikationer är liten vid en knäprotesoperation, men kan bli mycket allvarliga om det inträffar. Det är mycket viktigt att du omgående tar kontakt med opererande klinik om ditt operationssår skulle börja vätska, bli kraftigt rodnat och värmeökat, samt om du får feber av oklar anledning.



Om något av ovanstående inträffar inom de närmaste veckorna ringer du:

Vardagar:

Artroplastik-sjuksköterskan

090-785 08 76

Helger och kvällar:

Vårdguiden på tel.nr 1177

Du får då råd av en sjuksköterska alternativt telefontid/återbesök till din läkare.

Uppföljning/Återbesök

Du kommer att bli uppringd av vår artroplastiksjuksköterska dagen efter operation samt via enkät få möjlighet att begära telefonkontakt med artroplastiksjuksköterska ca två veckor efter operationen. Då har du möjlighet att få svar på eventuella frågor som kan ha uppkommit efter din hemgång.

Det kommer en kallelse för ett återbesök till en fysioterapeut ca sex veckor efter operationen. I samband med detta görs även en vinkelmätningröntgen av knäleden.

Hör av dig till vår mottagning (se nummer längst bak i häftet) om det är något du undrar över eller om något inträffar som du inte tror hör till ett normalt läkningsförlopp.

Checklista

Innan kontrollbesöket:

- Boka tid för EKG (på hälsocentral eller fyslab, NUS)
- Boka tid för blodprovtagning (på hälsocentral eller kemlab, NUS)

Till kontrollbesöket:

- Medhav aktuell medicinlista
- Medhav ifyllt frågeformulär som du fått i kallelsen

Efter kontrollbesöket:

- Vid behov informera **arbetsgivare** om operation samt förestående sjukskrivning.
- Ordna med eventuell **hjälp** för eftervårdstiden: såsom **anpassning** av boende, skjuts, handling, städning, snöskottning, hjälp med ev husdjur etcetera.
- Håll koll på att **huden** är intakt inför operation.
- Följ ev **läkemedelsrekommendationerna** om tillfällig utsättning av något läkemedel inför operation.

Inför operationsdagen:

- **Operationstvätt**, kvällen innan operation samt operationsdagens morgon. OBS!!!
Rena klädombyten efter varje tvätt.
- **Fasta** från midnatt innan operationsdagen.
- Medhav egna **läkemedel** samt nyförskrivna läkemedel från kontrollbesöket. Ta inga läkemedel operationsdagen innan du fått klartecken.

Eftervårdstiden:

- Närstående i din närhet första natten, samt ordnat med skjuts till hemmet.
- Daglig träning enligt fysioterapeutprogram
- Boka direkt tid för sårkontroll och agraftborttagning 3 v efter operation, hos distriktssköterskan på din hälsocentral.

Välkommen till arthroplastiksektionen på Rörelseorganens Centrum i Västerbotten

Med vänliga hälsningar

Volker Otten

medicinsk chef för artroplastik och tumörsektionen,
Rörelseorganens Centrum Västerbotten

volker.otten@regionvasterbotten.se

Artroplastik-sjuksköterska ortopedmottagningen:

tel: 090-785 08 76

Upprättad av Evelina Landström och Volker Otten,
Arthroplastiksektionen, Rörelseorganens Centrum
Västerbotten, 2023-02-07