

**Rekonstruktion af forreste korsbånd**

Formålet med operationen er at gøre knæet mere stabilt, så du undgår andre skader. Ved undersøgelsen måles løsheden i knæleddet manuelt og med et instrument af lægen. Skader på menisk, brusk og andre ledbånd vurderes samtidig, og der må tages hensyn til dette, når behandlingen planlægges.

Er der tvivl om diagnosen, eller om der kan være andre skader i knæet, henvises du til en MR-scanning af knæet.

Operationen giver umiddelbart et godt stabilt knæ, men du bør dog fortsat være forsigtig og ikke dyrke kontaktsport i ca. 6 mdr. efter operationen.

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

Operationen er ambulant. Det betyder, at du forventes at kunne tage hjem nogle timer efter operationen.

Du skal derfor på forhånd planlægge transport til hjemmet.

**Du må ikke selv køre bil ved udskrivelsen.**

Hvis du tager fast medicin, skal dette medbringes.

Da operationen foregår i fuld bedøvelse, skal du være fastende.

**Se nærmere i fastevejledningen!**

**Selve operationen**

Operationen foretages som en kikkertoperation, dvs. at det nye korsbånd indsættes i knæet vejledt via et kamera.

Det nye korsbånd tildannes af 2 sener beliggende fra indersiden af knæet og op ad inderside/bagside af låret på samme ben, evt. med midterste 1/3 af knæskalssenen.

**Efter operationen:**

Som regel anlægger narkoselægen en smerteblokade i lysken, som virker i næsten et døgn efter operationen. Blokaden giver ofte en delvis lammelse af lårmuskulaturen og du skal derfor undgå belastning på benet så længe blokaden virker.

Efter operationen kommer du tilbage til opvågningsstuen. Når du er frisk nok, kan du tage dit eget tøj på og må være oppe. Du må spise og drikke efter lyst og evne.

**Behandling af smerter efter operationen:**

Til de første 3 døgn efter operationen vil du få udleveret smertestillende medicin.

Kl. 7, 12 og 17 skal du tage 1. stk. tabl. Ibumetin a’ 400mg (smertestillende + modvirker hævelse) & 2 stk. tabl. Panodil a’ 500 mg.

Kl. 22 skal du tage 2 stk. tabl. Panodil a’ 500 mg og 1 stk. tabl. Ketogan a’ 5 mg.

Såfremt du ved, at du ikke kan tåle af eller flere af disse præparater, vil lægen forsyne dig med et alternativ.

Du vil have behov for at anvende krykker i ca.2 uger efter operationen, og disse udleveres inden udskrivelsen.

Inden udskrivelsen vil du blive orienteret af kirurgen om selve operationen og den efterfølgende plan.

Vi sender evt. henvisning til træning hos fysioterapeut.

To døgn efter operationen må du fjerne forbindingen og tage brusebad dog uden at skrubbe direkte på såret. Skift altid til tørt plaster.

Trådene fjernes 10-14 dage efter operationen hos egen læge.

**Optræning /aktivitet**

Du må støtte fuldt på det opererede ben og så bevæge så meget som muligt. Du skal, kan og må straks efter operationen bruge knæet, men det vigtigste er ubelastede knæbevægelser. Undgå overbelastning. Det anbefales, at du bliver hjemme de første dage og gradvist øger aktiviteten i takt med, at du får det bedre. Lyt til dit knæ.

Efter 1-2 uger kan du starte let træning på kondicykel, så musklerne i underben og lår bliver trænet. Træning mindst 3 gange om ugen de første måneder.

Efter 1 måned kan du jogge/cykle og efter 3 måneder kan du dyrke let sport uden kontakt. Kontaktsport tidligst efter 6 måneder.

Efter operationen kan du, på grund af hævelse og smerter i knæet, forvente, at du skal være sygemeldt fra dit arbejde fra 3 uger alt efter erhverv.

Knæet kan stadig hæve efter flere dage. Dette behandles med støttebind, som lægges om knæet om morgenen og tages af om natten.

**Kontrol efter operationen**

Du får tilsendt tid til kontrol her på Privathospitalet Møn 6-8 uger efter operationen.

**Kontakt i tilfælde af spørgsmål/komplikationer**

Du vil ved udskrivelsen få udleveret telefonnummer på den opererende læge, som kan kontaktes inden for de første 24 timer efter operationen ved spørgsmål eller pludselig opstået smerter, feber, rødme og tiltagende hævelse af leddet. Herefter kan du kontakte sygeplejerskerne i dagtimerne på hverdage. Alternativt kontakter du egen læge eller vagtlæge.

**Rekonstruktion af forreste korsbånd**

### Patientvejledning

[01-11-2015]

**Privathospitalet Møn**

Langgade 57 E

4780 Stege

Tlf: 76 10 40 60

Telefontid: mandag-torsdag 8-15

fredag 8-14

[**www.privathospitaletmoen.dk**](http://www.privathospitaletmoen.dk)

