

KNÄOPERATION MED ENDOSKOP

När man misstänker att knäleden har något inre struktur fel, görs artroskopi. Skador i inre eller yttre menisken är vanliga. Skadan kan ha orsakats genom olyckshändelse eller på grund av förslitning i leden. Med artroskopi kan man också åtgärda, skador på ledbrosket, förtjockning av ledhinnan (plica) och ifall det förekommer lösa fragment i leden. Symtom vid dessa skador är belastningssmärta, låsning och svullnad i knäet.

Operation

Knäledsartroskopin görs i ryggbedövning, patienten kan följa med ingreppet via monitor. Bedövningen räcker 2-3 timmar, under den tiden kan man inte röra på benen.

Artroskopet förs in i knäet genom ett 0.5 cm stort hål. Genom artroskopet, fylls knäleden med vätska för att förbättra sikten. Via kamera och optik förmedlas bilden från knäleden till monitoren.

Vid artroskopi görs 2-3 små sår, beroende på ingreppets art. Under operationen avlägsnas med instrument, meniskens skadade del, ledhinnan (plica) eller lösa fragment. Ingreppet räcker 30-60 minuter.

Smärtvård

Höjt läge, idealförband och kalla omslag minskar effektivt smärtan och svullnaden efter operationen. Det är viktigt att du tar ordinerad värkmedicin regelbundet under flera dagar.

Sårvård

Bandaget runt knäet kan avlägsnas efter ett dygn. Sår kompresserna avlägsnas efter 2 dagar och man får **duscha. Idealförbandet** kan användas som stöd för knäet någon dag. Om såret är torrt, behövs inget förband. Bastubad och simning är tillåtet dagen efter stygnborttagningen.

Stygnen borttas vid arbetshälsovården eller hälsocentralen.

Fortsatt vård

Man får stöda på benet normalt, när bedövningen är över. För stor belastning bör undvikas under 1 vecka. Kryckor kan användas som stöd ett par dagar. Kryckorna kan hämtas från närmaste hälsocentral.

De första dagarna kan det förekomma svullnad i knäet och knäet kan kännas styvt.

Belastningen kan ökas småningom under 2-3 veckors tid.

Sjukledigheten är 2-3 veckor beroende på arbetet. Vid behov kan man söka längre sjukledighet via hälsocentralen.

Efterkontroll behövs vanligtvis inte.

Ifall det uppstår problem med tillfrisknandet eller med sår läkningen, ta kontakt med den egna hälsocentralen, arbetshälsovården, operationsavdelningen (06) 826 4637, kirurgiska avdelningen 7 (06) 826 4310, kirurgiska avdelningen 10 (06) 826 4310 eller med samjouren 116 117.

Efter en vecka:

Gymnastikprogram för patient som genomgått knäoperation

I sängläge:

1. Böj vristerna uppåt, spänn benen, tryck knäna neråt, slappna av, 10 ggr.
2. Sätt en dyna under knäet. Stäck knäet och spänn benmuskelnerna, slappna av, 10 ggr.
3. Böj det opererade benet. Hälen rörs längs underlaget, sträck benet långsamt 10 ggr.
4. Lyft det opererade benet rakt uppåt 10 ggr, senare ökar Du till 20-50 ggr.

I sittande ställning:

5. Sträck benet långsamt. Tryck lårbenet mot stolen och böj vristerna mot kroppen, slappna av, 10 ggr.