

Krossbandsaðgerðir

Þegar þú kemur á skurðstofuna (á 6. hæð í Orkuhúsinu Urðarhvarfi 8) þarftu að vera fastandi (**hvorki matur eða drykkur í 6 tíma fyrir aðgerð**) og hafa farið í sturtu um morguninn. Við komu verður þér vísað á rúm, sem þú háttar í.

Áður en þú ferð inn á skurðstofu hittir þú skurðlækni þinn sem merkir viðeigandi aðgerðarstað. Einnig ræðir svæfingalæknir við þig. Aðgerðin tekur um 1 klukkutíma.

Að lokinni aðgerð ferð þú um stund á uppvöknunarherbergi. Þegar þú hefur jafnað þig og ert farinn að nærast er ekkert því til fyrirstöðu að þú getir farið heim. Þú keyrir ekki bíl sama dag.

Þessar aðgerðir eru gerðar í deyfingu og svæfingu. Sjúklingurinn fær einnig sýklalyf í æð. Tveir bæklunarsérfræðingar eru oftast með í þessum aðgerðum. Til að búa til nýtt krossband þarf nýja sín/sinar og það sem oftast er notað er sínarnar sem eru frá aftanlærisvöðvunum og sem festast rétt neðan við innanvert hnéð eða miðhluti sínarinnar sem gengur frá hnéskel og niður á sköflung með tveimur beinbitum í sitthvorum endanum. Í gegnum tvö speglunargöt og með hjálp sérstakra stefnutækja og leiðara eru boraðir gangar í sköflunginn og lærbeinið og nýja krossbandið dregið upp í gegnum þessa ganga og fest með málmskrúfum eða plötum sem festa sínarnar meðan þær gróa við beinið.

Umbúðir: Taka mestu umbúðir af eftir 3 daga en láta plástra næst sári vera fram að endurkomutíma.

Verkir: Verkjalyf og bólgueyðandi lyf eru notuð í nokkra daga eftir aðgerð til þess að minnka verki og bólgu. Ekki er æskilegt að taka þau ef óþægindi frá maga gera vart við sig. Einnig er gott að nota kælipoka í 2-3 daga strax eftir aðgerð til að minnka verki og bólgu.

Hreyfing: Æskilegt er að byrja strax að styrkja vöðvana kringum hnéliðinn eftir aðgerð með því meðal annars að spenna lærvöðva og auka liðleika jafnt og þétt. Leyfilegt er að stíga í aðgerðarfótinn upp að sársaukamörkum. Hækjur eru nauðsynlegar eftir þessar aðgerðir allavegana fyrstu vikuna. Sjúkraþjálfari lætur þig hafa æfingar fyrir aðgerð eða áður en þú ferð heim eftir aðgerð. Aðgerðina þarf að greiða samdægurs.

Ekki taka nein blóðþynnandi lyf, asperín og magnýl eða skyld lyf né heldur náttúrulyf 1 viku fyrir aðgerðina. Bólgueyðandi lyf, Voltaren, Íbúfen og skyld lyf má taka í flestum tilfellum þó helst í samráði við aðgerðarlækni. Ef þú tekur blóðþrýstingslyf þá á að taka þau um morguninn fyrir aðgerð með litlum sopa af vatni.

Ef eitthvað ber að höndum s.s. auknir verkir, blæðing eða hiti, þá getur þú haft samband við Örnólf Valdimarsson í síma 5200140 (gsm 7788543), ornolfur@orkuhusid.is. Ef ekki næst í viðkomandi lækni þarf að leita til læknavaktar.

Óskum þér góðs bata, starfsfólk Læknastöðvarinnar Orkuhúsinu.

Örnólfur Valdimarsson MD, PhD, OLY

Bæklunarskurðlæknir

Læknastöðin Orkuhúsinu

