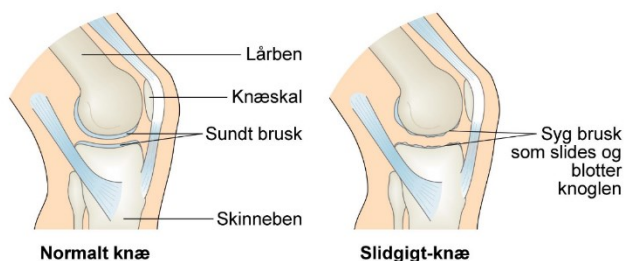


# Operation af knæet

## Helprotese

Du skal have udskiftet dit knæled med en helprotese. Formålet med operationen er at mindske dine smerter i knæet og øge bevægeligheden i knæledet, så din livskvalitet forbedres. Operationen øger stabiliteten i dit knæ.



## Sådan forbereder du dig

Det er vigtigt, at du forbereder dig inden operationen. Nogle forberedelser er afgørende for, om vi kan operere dig, mens andre har betydning for dit videre forløb. Kontakt os altid, hvis du er i tvivl.

### Undersøgelser før operationen

5 uger før din operation skal eventuelt have taget blodprøver og et hjertekardiogram (EKG). Vi giver dig en plan, hvor du kan se, hvilke undersøgelser og forberedelser der gælder for dig inden operationen.

Du skal selv bestille tid på [www.booking.rsyd.dk](http://www.booking.rsyd.dk)  
Du kan også bestille tid over telefonen til at få taget blodprøven hos din egen læge eller på et af regionens sygehuse. Find telefonnumre til sygehusene her: [www.rsyd.dk/blodprover](http://www.rsyd.dk/blodprover)

4 uger før din operation bliver du eventuelt ringet op

af en sygeplejerske, der taler med dig om dit videre forløb.

Hvis du skal have en robot-assisteret operation, får du en indkaldelse til CT-scanning på Middelfart Nærhospital.

### Vaccinationer

Du må ikke blive vaccineret mod covid-19, pneumokok og influenza i 1 uge før og efter operationen.

### Faste

Du skal faste før operationen. Det betyder:

- 6 timer før operationen skal du stoppe med at spise al mad, mælkeprodukter, juice med frugt-kød og smoothie. Drik heller ikke mælk i din kaffe/te.
- 2 timer før operationen skal du stoppe med at drikke alle væsker. Vi anbefaler, at det sidste, du drikker, indeholder sukker. Det kan gøre, at du har det bedre efter operationen.

Hvis du har mad eller væske i maven, når du er bedøvet, kan det glide op af mavesækken og ned i lungerne, fordi alle muskler slapper af. Det kan give alvorlige komplikationer. Hvis du ikke har fastet, bliver din operation udsat eller aflyst.

### Kontakt os, hvis du har sår, rifter eller tegn på sygdom

Når du skal opereres, må du ikke have sår, bumser, insektstik, eksem eller rifter på knæet. Du må heller ikke have bylder eller sår, der væsker eller er betændte på resten af kroppen. Det øger risikoen for betændelse, og i nogle tilfælde kan vi være nødt til at aflyse operationen.

## Ortopædkirurgisk Afdeling

Du må heller ikke være – eller lige have været – i behandling med antibiotika for fx blærebetændelse eller tandproblemer.

Hvis du bliver forkølet, syg eller får feber, skal du ringe til os på 79 40 57 55.

### Medicin

Hvis du tager naturmedicin (fx glucosamin og ingefær), skal du holde pause med naturmedicinen i 10 dage før din operation.

Hvis du har diabetes og bruger insulinpumpe, skal du fortsætte med pumpens faste basalindstillinger. Hvis du får tabletter eller indsprøjtninger mod diabetes, skal du holde pause med medicinen på selve operationsdagen. Vi ringer til dig og fortæller, hvad der gælder for dig.

Begynder du på ny medicin efter vores samtale, eller har du spørgsmål, skal du kontakte os.

### Gør dig klar til operationen

På operationsdagen skal du:

- tage et bad og vaske dig grundigt på benet
- undgå at bruge creme i området, hvor du skal opereres
- undgå make-up og neglelak
- tage rent tøj på, du selv let kan få af og på
- fjerne eventuelle smykker og piercinger
- fjerne kontaktlinser eller tage et etui til dem med på sygehuset.

### Forebyg betændelse

Du kan selv være med til at forebygge betændelse ved at:

- undgå at barbære benet i 1 uge før operationen
- søge tandlæge, hvis du har problemer med dine tænder, eller ikke har været ved tandlæge de seneste 6 måneder
- kontakte din egen læge, hvis du har symptomer på blærebetændelse, lungebetændelse,

influenza eller nedgroede negle.

### Rygning

Hvis du ryger, anbefaler vi, at du stopper med at ryge mindst 8 uger før operationen, for rygning kan give dig flere komplikationer og problemer med healing af operationssåret. Selv en kortere pause vil være gavnlig.

### Alkohol

I 4 uger før operationen bør du ikke drikke mere alkohol, end Sundhedsstyrelsen anbefaler. Det vil sige 10 genstande om ugen for både kvinder og mænd. Hvis du drikker mere end 4 genstande om dagen, skal du helt holde op med at drikke alkohol.

### Forbered din hjemkomst

Du må ikke selv køre hjem eller tage offentlig transport, så du skal arrangere, at nogen henter dig på sygehuset.

De første dage efter operationen kan du have fysiske begrænsninger og brug for hjælp i det daglige. Overvej, om du har pårørende, der kan hjælpe dig i dagene efter operationen, eller om du eventuelt har behov for hjemmehjælp.

Vær opmærksom på, at du selv skal kontakte din kommune, hvis du har brug for hjemmehjælp. Læs mere på [borger.dk](http://borger.dk), eller kontakt visitationen i din kommune.

### Pakkeliste

På operationsdagen skal du medbringe:

- toiletsager
- tøj til træning, gerne løse bukser med brede ben
- behageligt og rummeligt fodtøj, du selv kan få af og på
- din sædvanlige medicin i original emballage.

Du får et skab med lås til dine personlige ejendele, men vi opfordrer til, at du ikke medbringer unødvendige værdigenstande.

## Ortopædkirurgisk Afdeling

### På sygehuset

Når du er på sygehuset, sker der meget på kort tid. Vi forsøger at holde dig og dine pårørende godt informeret undervejs, og du er altid velkommen til at stille spørgsmål.

#### Sådan foregår operationen

Du bliver enten fuldt bedøvet, så du sover, eller du bliver bedøvet fra navleniveau og nedefter, så du ikke mærker smerter. I det tilfælde kan vi give dig noget afslappende medicin, så du dør lidt hen. Når bedøvelsen virker, laver vi et snit på knæet og sætter det kunstige knæled ind. Til sidst lukkes såret med klips, og du får plaster på.

Selve operationen varer 1 time.

Protesen består af 3 dele:

- 1 lårbensdel i metal, der griber om den nederste del af lårbenet og danner led med skinnebenet
- 1 skinnebendsdel bestående af to sammensatte dele i metal, der udgør ledfladen til lårbenet
- 1 del i plastik, der erstatter bagsiden af knæskallen. Denne del er ikke altid nødvendig.

#### Operationens resultat

95 % af de patienter, der får et nyt knæ, får den forventede effekt af operationen.

Det er normalt, at knæet og hele benet bliver misfarvet efter blødning i knæet. Misfarvningen forsvinder som regel efter 4-8 uger.

Nogle har svært ved at bøje og strække knæet i de første uger efter operationen. Du skal forvente, at knæet eller hele benet hæver de første måneder efter operationen, og det kan også føles varmere end det andet knæ. Enkelte vil opleve, at knæet hæver i op til 1 år efter operationen.

De fleste oplever kliklyde fra knæet. Det skyldes, at ledbåndene afslappes i det let bøjede knæ. Lydene

betyder ikke noget for din funktion af knæet. Hos nogle forsvinder lydene, hvor de hos andre er permanente.

Yngre patienter vil ofte få behov for at få skiftet protesen senere i livet ved en ny operation.

#### Mulige komplikationer

Ved alle operationer er der risiko for komplikationer, men den generelle risiko for komplikationer er lav. Komplikationer ved denne operation kan være:

- betændelse i operationssåret
- blodpropper i benet
- påvirkning af nerverne
- betændelse rundt om knæprotesen
- at protesen løsner sig.

Hvis du er i særlig risiko for komplikationer, taler vi med dig om det.

#### Efter operationen

Efter operationen bliver du kørt på opvågningsafsnittet, hvor du skal være, indtil vi er sikre på, at du har det godt.

Nogle oplever at have kvalme og kaste op efter bedøvelsen. Du får medicin mod smerter og kvalme, hvis du har behov for det. Fortæl os gerne, hvis du tidligere har oplevet at få kvalme efter bedøvelse, så vi kan give dig noget kvalmestillende medicin forebyggende inden operationen.

Du skal regne med at komme hjem senere samme dag eller dagen efter, du er blevet opereret.

#### Genoptræning

En tidlig start på træningen nedsætter risikoen for blodpropper i benene. Samtidig forbedrer træningen, hvor godt du kan bevæge dit knæ, og du styrker dine muskler og træner din balance. Du må støtte fuldt ud på det opererede ben.

Hvis du skal være indlagt på sengeafsnittet efter operationen, skal du gerne begynde at lave øvelser

## Ortopædkirurgisk Afdeling

samme dag. Vi hjælper dig i gang.

Hvis du bliver udskrevet samme dag, så ringer fysioterapeuten til dig 2-4 dage efter operationen. Ellers vil fysioterapeuten træne med dig dagen efter operationen.

### Blodfortyndende medicin

Mens du er indlagt, får du blodfortyndende medicin. Hvis du fik blodfortyndende medicin før din operation, lægger vi en plan for opstart af din vanlige medicin.

### Røntgenbillede af dit nye knæ

Mens du er på sygehuset, får du taget et røntgenbillede af dit knæ, så vi kan sikre, at alt er, som det skal være.

## Når du kommer hjem

Inden du skal hjem, taler vi med dig om, hvad du skal være særligt opmærksom på. Det har betydning for, hvor godt du kommer dig i tiden efter.

### Sygemelding

Du skal forvente at være sygemeldt i 2-3 måneder, hvis du er i arbejde. Sygemeldingens længde afhænger af, hvilket arbejde du har. Det taler vi med dig om.

### Bilkørsel

Du må køre bil, når:

- klipsene er fjernet
- du ikke tager stærk smertestillende medicin (fx morfin)
- du har fuld kontrol over dit ben.

Typisk må du køre bil 2-6 uger efter operationen.

Som passager kan du eventuelt køre sædet tilbage, så du lettere kommer ind og ud af bilen.

## Mere viden

På hjemmesiden kan du finde mere information om hele dit forløb:

[www.sygehuslillebaelt.dk/ortov-knaeprotese](http://www.sygehuslillebaelt.dk/ortov-knaeprotese)

### Kontakt

Ortopædkirurgisk Afdeling  
Beriderbakken 4  
7100 Vejle  
Ortopædkirurgisk Dagafsnit  
79 40 57 43