

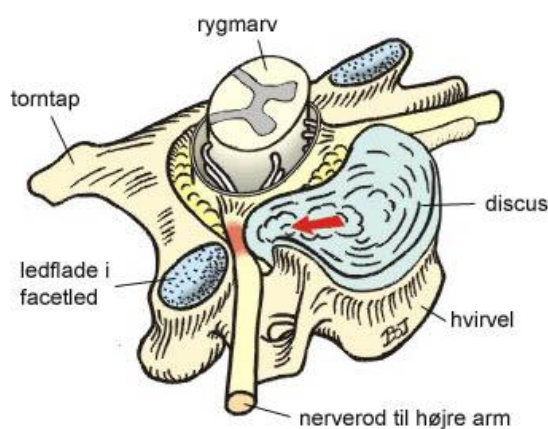


**PATIENTVEJLEDNING VEDRØRENDE
DISKUSPROLAPS I NAKKEN**

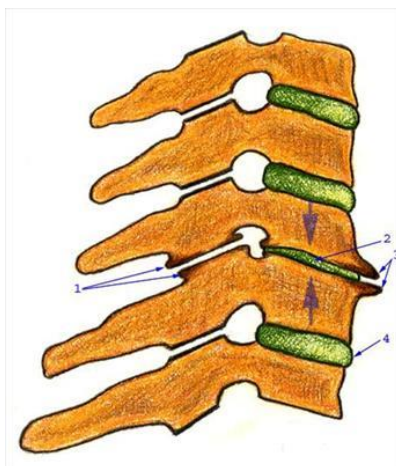
Diskusprolaps i nakken rammer folk i alle aldre, men ses oftest i 30 - 50-årsalderen. Smerterne kan i nogle tilfælde fjernes ved en operation.

Imellem nakkevirvlerne finder man den stødabsorberende diskus. Den består af en beskyttende bindevævsring, som omslutter et gummiagtigt indhold.

Gennem en svaghed i bindevævsringen kan det gummiagtige indhold i diskus bule ud og trykke på en nerverod. Svagheden i diskus kan være aldersbetinget, men kan også opstå som følge af en uheldig belastning af nakken.



Tegning af diskusprolaps i nakken



Diskus degeneration mellem to nakkevirvler

ÅRSAG OG SYMPTOMER

Den almindelige aldersbetingede nedbrydning medfører en svaghed i bindevævsringen, hvor den bruske kerne langsomt kan trænge igennem, og her udvikles prolapsen typisk langsomt. Der kan også ske en skade i forbindelse med en overbelastning, hvor der opstår en defekt i bindevævsringen, og her kan en prolaps opstå akut.

Udviklingen er ofte langsom og snigende med tiltagende gener fra nakke, skulder og arme, men den kan også opstå pludseligt, og i sjældne tilfælde i forbindelse med en tilskadekomst, f.eks. trafikuheld eller fald. Hos mange starter det med smerter i og omkring en skulder, eller med snurren i en eller flere fingre, hos andre starter det med nakkesmerter, og senere kommer der smerter ned i armen.

Mange patienter har det bedst når de er oppe og laver almindelige daglige (ikke tunge) gøremål, mens de ikke har det godt i hvile eller ligger ned. Der kan også være symptomer på påvirkning af rygmarven i form af gangbesvær og vandladningsbesvær.

UDREDNING

Du bliver tilbudt en forundersøgelse som inkluderer en undersøgelse af nakken og ryggen og en neurologisk vurdering af nervefunktionerne i arme og ben. Herudover er en MR-scanning af rygsøjlen nødvendig.

Ud fra din sygehistorie, symptomudvikling samt lægeundersøgelse og scanning vil lægen planlægge det indgreb, der passer bedst til dine gener.

FORLØB

Ubehandlet vil en stor del - omtrent 9 ud af 10 - af patienter med nyopståede nakke og armsmerter opleve en spontan bedring eller endog heling indenfor nogle uger eller måneder. En del vil dog ikke bedres eller forværres og får dermed behov for behandling.

Fysioterapi og øvelser (ofte kaldet konservativ behandling) kan forsøges, men resultaterne er ikke særligt gode, og kommer der ikke en bedring inden for nogle måneder bør operation overvejes.

FØR OPERATIONEN

Medicin

Lægen vil tale med dig om hvilken medicin du skal holde pause med og hvad du gerne må tage op til din operation. Især blodfortyndende medicin (marevan, hjertemagnyl, visse former for gigtmedicin) og de fleste naturmedicinske præparater skal man pausere med efter aftale.

Rygning

Hvis du er ryger, kan du med fordel holde pause med rygningen op til operationen og i en periode efter - bedst er det, at du helt ophører med rygningen. Begge dele vil gavne resultatet og mindske komplikationerne. Under alle omstændigheder skal du undlade rygning 6 timer inden bedøvelsen. Hospitalet er røgfrit, men der kan ryges visse steder udenfor.

Personlige ejendele

Lad venligst personlige ejendele som fx smykker og andre værdigenstande blive hjemme, da de ikke må bæres under operation og indlæggelse.

INDLÆGGELSE

Du bliver modtaget af den sygeplejerske, der skal passe dig. Du bliver vist til rette og får hjælp med omklædning, forberedelse mv. Narkoselægen tilser dig og ordinerer forberedende medicin (præmedicin). Kirurgen tilser dig også og vil vejlede og svare på spørgsmål.

OPERATION FOR DISKUSPROLAPS I NAKKEN

Resultaterne af operation for diskusprolaps i nakken er gode og blandt de bedre indenfor rygkirurgi. Man regner med at omkring 75 % bliver tilfredse med tilstanden efter operation, 15 % bliver bedre mens omkring 10 % ikke oplever nogen bedring. En meget lille del af patienterne får det værre af operationen.

INDIKATION

Smerter i nakke og arm forenelig med diskusprolaps sammen med utilstrækkelig effekt af konservativ behandling og en klar prolaps på MR-scanning indebærer at operation er indiceret.

OPERATION

Indgrebet foretages i fuld bedøvelse og i rygleje. Der anvendes røntgengennemlyser for at sikre korrekt operationsniveau. Kirurgen bruger et mikroskop, som giver mulighed for et kort snit og bedrer kirurgens overblik. Snittet laves på forsiden af halsen lidt over kravebenet som regel i højre side, snittet følger hudens linjer (rynker) for at give et tilfredsstillende kosmetisk resultat. Disken fjernes- herunder også prolapsen og der frilægges ind mod rygmarvskanalen og især ud til siderne mod nerverodskanalerne, hvor man frilægger nerverødderne så de ikke længere er i klemme. Hvirvlerne løftes fra hinanden og der indsættes en cage (skiveformet klods oftest af titanium).



Titanium cage til indsættelse mellem nakkehvirvlerne

INDLÆGGELSE OG FORLØB

Man indlægges og opereres samme dag. Du skal faste 6 timer inden operationen, men må drikke tynde væsker indtil 2 timer før. På opvågningsstuen overvåges du særlig nøje af en sygeplejerske. Kirurgen kommer og ser til dig og informerer om indgrebet. Du er indlagt natten over og udskrives den følgende dag, når du er klar til det. Du vil møde vores fysioterapeut, som vil instruere og vejlede dig og hjælpe dig i gang. Allerede på operationsdagen forventes det, at du kan komme op og ud af sengen.

UDSKRIVELSE

Ved udskrivelsen får du din journal samt vejledning i øvelser med dig. Du får også en tid til kontrol og røntgen af nakken. Sygeplejersken vil sørge for at du får lidt medicin med hjem indtil du kan komme på apoteket.

Sygemelding kan medgives ved behov. Trådene (sutureerne) i såret skal fjernes efter ca. en uge. Det er nemmest at det sker hos egen læge, men sygeplejersken på CPH Privathospital kan også gøre det. Hvis huden er limet, skal plaster/strips helst blive siddende i ca. tre uger, og skorpen af lim falder efterhånden selv af.

Transport hjem kan ske i almindelig bil hvor familie eller venner kan køre dig hjem. Det er bedst at sidde på passager forsædet.

KOMPLIKATIONER

Generelt er komplikationerne få og sjældent alvorlige. I sjældne tilfælde kan der opstå blodansamling i såret eller infektion - rift af nervehinden er meget sjældent, men kan medføre behov for forlænget sengeleje.

Såret heler normalt op så det ender med et tyndt ar langs halsens rynker. Hvis der opstår problemer med arret, eller der er mistanke om betændelse, skal du kontakte os eller søge egen læge.

RESULTATER

Der vil være sårmerter og ømhed samt synkesmerter i halsen i nogen tid efter operationen, og i den første tid anbefales blød kost. Omkring 90 % af patienterne oplever en bedring af operationen, hvis formål især er at mindske smerterne i armen - nogen af patienterne vil stadig i nogen grad have nakkesmerter.

Eventuelle føleforstyrrelser kan være længe om at svinde, og de gør det ikke altid helt. Muskellammelser kan være længe om at bedres - de kræver fysioterapi og efterbehandling

EFTERFORLØB

Hjemkomst

Du kan godt gå på trapper fra starten, og i det hele taget kan du godt foretage dig almindelige personlige gøremål som personlig hygiejne, af- og påklædning osv. Gåture er en god måde at holde sig i gang.

Øvelser

Du vil blive instrueret og vejledt af vor fysioterapeut i hvordan du bedst skåner nakken fra starten. Du får en vejledning med hjem.

Der vil normalt efter denne type operation ikke være behov for genoptræning. Nakken skal i helingstiden på ca. 3 måneder så vidt som muligt skånes og holdes i ro. Øvelser med afspænding som formål kan hjælpe mod muskelspændinger og deraf afledte muskelsmerter især i skulderpartiet. Er der muskellammelse i en arm kan der være behov for specifik træning heraf.

ARBEJDE OG SYGEMELDING

Normalt anbefaler vi sygemelding i 2- 4 uger, men det afhænger af dit arbejdes karakter. Hvis Du har rygbelastende arbejde, kan der være behov for længere tids sygemelding. Speciallægen vil tale med dig om dette. Sygemelding foregår via din egen læge.

GODE RÅD

Følgende skal ses som vejledende, spørg gerne hvis du er i tvivl:

- Samliv kan genoptages umiddelbart, men tag hensyn til nakken.
- Når trådene er fjernet fra såret, kan du cykle, svømme, dyrke alm. motion og køre bil.
- Efter 3-måneders kontrollen er der normalt ingen begrænsninger i aktivitet.
- Alt skal ske med måde og hvis du får smerter eller problemer skal du stoppe. Undgå især tunge løft og vrid i nakken.

KONTROL

Du får tid til en kontrol hos kirurgen 3 måneder efter operationen forudgået af røntgen kontrol af nakken.

KONTAKT TIL LÆGEN

Du får udleveret telefonnummer til den læge, som har opereret dig, hvis der skulle opstå problemer de første 24 timer efter operationen/udskrivelsen.

Herefter skal du altid kontakte CPH Privathospital på tlf.nr. 7021 8000



Yderligere information

Ønsker du yderligere information er du altid meget velkommen til at kontakte os.

CPH Privathospital

Rådhusstorvet 4

3520 Farum

Tlf.: 7021 8000

www.cph-privathospital.dk

E-mail: info@cph-privathospital.dk

Åbningstider

Telefon mandag til fredag fra

Kl. 8.00-16.00 på tlf. 7021 8000

I akutte tilfælde udenfor

CPH Privathospitals åbningstid,

*henvises til **1813***