

PATIENTINFORMATION

# Spinalstenose i lænderyggen

---

CPH Privathospital A/S  
Rådhusørvet 4, 3520 Farum | +45 7021 8000  
[www.cph-privathospital.dk](http://www.cph-privathospital.dk)  
Mail: [info@cph-privathospital.dk](mailto:info@cph-privathospital.dk)





På CPH Privathospital sætter vi patienten i centrum.  
Vores mål er at tilbyde den absolut bedste  
behandling med hurtig udredning og et trygt  
efterforløb- alt sammen i indbydende og  
behagelige omgivelser.

Spinalstenose - rygmarsforsnævring - er en tilstand, hvor pladsforholdene i rygmarskanalen er blevet for snævre pga. Slidgigt i ryggen. Smerterne kan lindres ved, at man fjerner den del af ledbånd og knogle, som trykker på nerverne.

Der findes en række lidelser i lænderyggen, som kan give smerter i lænden og udstrårende smerter i benene, som følge af dårlig plads til nerverne i rygmarskanalen. Spinalstenose er en af disse tilstande.

De snævre pladsforhold bevirker, at nerverødderne i lænderyggen klemmes sammen. Der kan derfor opstå smerter i ryg og ben.

## Årsag og symptomer

Den egentlige årsag kendes ikke. Der er tale om en langsomt udviklende degenerativ tilstand, som hos nogle bliver symptomgivende og dermed en sygdom.

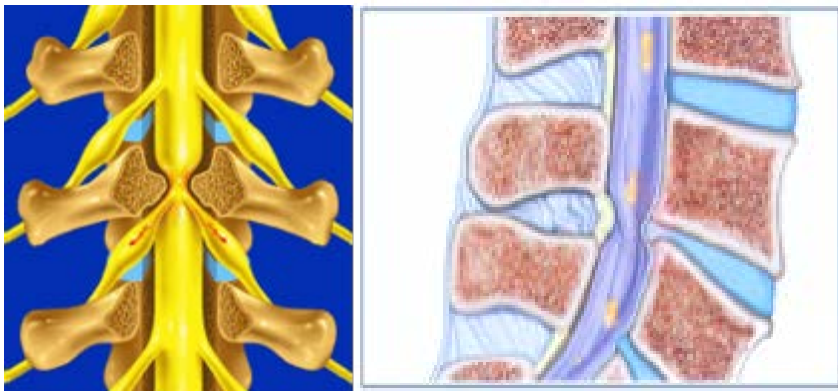
Spinalstenose kan give smerter i lænden samt udstrårende smerter og føleforstyrrelser ned i det ene eller begge ben. Symptomerne forværres ofte, når man går, og man må hyppigt stoppe op pga. Smerter, føleforstyrrelser eller fornemmelse af tunge ben (kaldes vindueskigger-syndrom). Symptomerne mindskes som regel når man bøjer sig fremover. Sygdommen ses især hos patienter i alderen 50 til 80 år.

## Udredning

Du bliver tilbudt en forundersøgelse som inkluderer en rygundersøgelse og en neurologisk vurdering af nervefunktionen og kredsløbet i benene. Herudover tages der røntgenbilleder af rygsøjlen samt en MR-scanning.

## Forløb

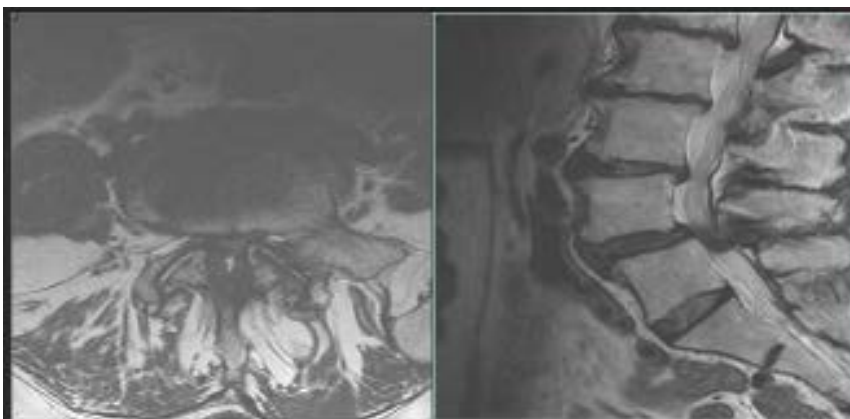
Fysioterapi og øvelser, også kaldet konservativ behandling, kan og bør forsøges først.



BILEDE: FORSNÆVRING AF RYGMARVSKANALEN VED SPINALSTENOSE

## Forventninger

Resultaterne for operation for spinalstenose i lænderyggen er blandt de bedre indenfor rygkirurgi. Man regner med, at omkring 75 % bliver væsentligt bedre, 15 % oplever nogen bedring mens omkring 10 % ikke oplever nogen bedring. En forvindende lille del af patienterne kan blive værre af operationen.



## Før operationen

Man indlægges og opereres samme dag. Man skal faste 6 timer inden operationen men må drikke tynde væsker indtil 2 timer før, se særskilt vejledning om bedøvelse.

## Medicin

Det er vigtigt at gennemgå din vanlige medicin sammen med kirurgen eller narkoselægen med henblik på hvad du skal fortsætte med at tage og hvad du evt. Skal holde pause med: især blodfortyndende medicin (marevan, hjertemagnyl, visse former for gigtmicin) og de fleste naturmedicinske præparater skal man holde pause med.

## Rygning

Vi anbefaler at holder 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.

### **Ved indlæggelsen**

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

## **Operationen**

### **Teknik**

Indgrebet foretages i fuld bedøvelse.

Operationen foretages gennem et snit på langs over den nederste del af lænderyggen og vil kun efterlade et

smalt ar. Operationen varer omkring 1-2 timer afhængig af hvor omfattende skaderne er. Under operationen vil nerverne i ryggen blive frilagt, idet man fjerner den del af knoglen og ledbåndene som forårsager forsnævringen. Nerverne frilægges, så de ikke længere er i klemme, og ved operationens afslutning anlægges et dræn for at undgå blodansamling i området. Drænet fjernes dagen efter operationen.



ILLUSTRATION AF OPERATIONEN, TIL HØJRE SES EN DEL AF KNOGLEN FJERNET

### **Efterforløb**

Når du vågner, overvåges man særlig nøje med bl.a. Hjerteelektroder og måling af iltmætning. Kirurgen til-

ser patienten og informerer om indgrebet. Man er normalt indlagt et døgn. Du vil blive trænet af en fysioterapeut allerede på operationsdagen samt dagen efter. Dagen efter operationen fjernes drænet, din smertestillende medicin vil blive justeret og tilpasset din tilstand og du vil herefter blive udskrevet.

## Udskrivelse

Inden udskrivelsen taler du med sygeplejersken og kirurgen, som vi give dig relevant information. Du får udleveret journal kopi, og der medgives henvisning til fysioterapi eller genoptræningsplan sammen med vejledning i øvelser. Du får medicin og eventuelle recepter med hjem. Sygemelding kan medgives ved behov. Trådene (suturerne) skal fjernes efter ca. 2 uger - det er nemmest at det sker hos egen læge, men sygeplejersken i vores ambulatorium kan også gøre det.

## Komplikationer

Generelt er komplikationerne få og sjældent alvorlige. Blodansamling og infektion i såret er under 1 %. Rift af nervehinden (dura) ses meget sjældent, men kan evt. Medføre behov for forlænget sengeleje. Læsion af nerveroden med deraf følgende delvis lammelse og følefor-

styrrelse i det ene ben er yderst sjældent.

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

Der vil være sårsmarter i nogen tid efter operationen, mens smerterne i benene og som regel også i ryggen hurtigt bedres. Eventuelle føleforstyrrelser kan være længe om at svinde og gør det ikke altid helt. Muskel-lammelser kan være længe om at bedres og kræver fysioterapi og efterbehandling.

## Forløb efter operation

Du må ikke selv køre hjem efter operationen - transport hjem kan ske i almindelig bil, familien eller en ven kan køre dig hjem. Det er bedst at sidde på passager forsædet med ryglænet slået halvvejs ned.

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.

## **Øvelser**

Du vil blive instrueret og vejledt af vores fysioterapeut i hvordan du bedst skåner ryggen fra starten og i øvelser du selv kan gennemføre hjemme. Du får en vejledning med hjem.

## **Genoptræning**

Vi anbefaler efterbehandling og rygscole efter hjemkomsten, det kan normalt starte et par uger efter operationen. Der bliver skrevet henvisning til fysioterapeut, hvis du er selvbetaler eller forsikringspatient; men du skal selv finde en lokal fysioterapeut og lave en aftale. Hvis du er offentlig patient, laver vi en genoptræningsplan som sendes til din kommune, og det er herefter kommunens ansvar at sørge for gennemførelsen af efterbehandlingen.

## **Arbejde og sygemelding**

Normalt anbefaler vi sygemelding i 2-4 uger, men det afhænger af dit arbejdes karakter. Hvis dit arbejde er rygbelastende, kan der være behov for længere tids sygemelding. Spørg gerne herom. Sygemelding foregår normalt via din egen læge.

Alt skal ske med måde og hvis du får smerter eller problemer skal du stoppe. Undgå især tunge løft og vrid i ryggen.

## **Gode råd**

Det kan være svært at sætte tidsgrænser for, hvornår man må dette og hint, og patienter og operationer er forskellige.

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

- Samliv kan genoptages umiddelbart men tag hensyn til ryggen.
- Når trådene er fjernet fra såret, kan man cykle, svømme, dyrke alm. Motion og køre bil.
- Efter 3-måneders kontrollen er der normalt ingen begrænsninger i aktivitet.

## **Kontrol**

Du får tilbudt en tre-måneders kontrol hos kirurgen, hvor resultatet bliver vurderet og noteret, og hvor du kan stille spørgsmål eller problemer kan diskuteres.

## **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 informationer

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

### CPH Privathospital A/S

Rådhusstorvet 4 3520 Farum

 +45 7021 8000

 [www.cph-privathospital.dk](http://www.cph-privathospital.dk)

 [info@cph-privathospital.dk](mailto:info@cph-privathospital.dk)

### Åbningstider

Telefon mandag til fredag fra  
kl. 8.00-16.00 på tlf. 7021 8000

Uden for normal åbningstid kan sygeplejerske  
kontaktes på: 44 500 339

I akutte tilfælde udenfor CPH Privathospitals  
åbningstid, henvises til 1813