

PATIENTINFORMATION

# Kunstigt knæled

---

CPH Privathospital A/S  
Rådhusstorvet 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.

Med denne pjece byder vi dig velkommen til afdelingen. Vi vil samtidig give dig nogle grundlæggende informationer om at få et kunstigt knæled, om hvad du kan forvente dig af indlæggelsen, og hvordan den efterfølgende genoptræning vil foregå. Informationen er tænkt som et supplement til den samtale, du har haft med lægen forud for din operation.

## **Kunstigt knæled**

Et kunstigt knæled tilbydes patienter, der på grund af smerter har nedsat daglig funktion.

Det er vigtigt, at medicinsk behandling er gennemprøvet inden operationen, da den ofte vil kunne minimere gener og derved udskyde behovet for knæoperation. Slidgigt er en hyppig årsag til smerter i knæleddet. Men også andre former for gigt, f.eks. leddegigt og følger efter knoglebrud, kan give smerter og medføre behov for et kunstigt knæled.

## **Mål og forventninger**

### **Realistiske mål efter operationen er**

- reduceret behov for smertestillende medicin
- at du kan strække og bøje knæet helt
- at du kan færdes både inde og ude uden stok
- at du kan gå på trapper
- at du kan genoptage vante idrætsaktiviteter, undtagen kontaktsport.

Disse resultater opnås hos ca. 90 % af patienterne. Omkring 10 % af patienterne opnår ikke tilfredsstillende operationsresultat, hvilket kan skyldes, at der støder komplikationer til operationen, eller at forventningerne til operationsresultatet er for høje.

Man ved fra international forskning, at ca. 5 % af patienterne ikke oplever en reduceret smerte, trods operation. Knæleddet kan have en tendens til at hæve i op til 1 år efter operationen, og først herefter kan det endelige resultat vurderes.

## **Protesen**

Det kunstige knæled, som vi bruger på CPH Privatho-

spital, er en gennemprøvet protese, som har vist god funktion over mange år. Knoglecementen er ligeledes gennemprøvet gennem mange år.

Holdbarheden af et kunstigt knæled varierer fra person til person. Der vil altid foregå et slid mellem plastikdelene, og cementen kan løsne sig. 95 % af de kunstige knæled er velfungerende efter 10 år, og 90 % er velfungerende efter 15 år.

## **Komplikationer**

Ved alle former for operationer er der risiko for komplikationer.

## **Blodpropper**

Der er risiko for udvikling af blodpropper i benene, fordi blodgennemstrømningen gennem blodkarrene er nedsat ved sengeleje efter operationen. For at forebygge dette, skal du helst træne og gå rundt allerede på selve operationsdagen.

Efter operationen får du rutinemæssigt blodfortyndende medicin, som gives som en tablet, du skal tage om aftenen. Du vil blive informeret om, hvor længe du skal fortsætte med behandlingen inden udskrivelsen. Risiko-

en for udvikling af blodpropper i benene er 2-5 %.

## **Betændelse/infektion i såret**

Betændelse/infektion kan opstå i såret, men også omkring de kunstige leddele, der er opereret ind. Derfor giver vi en forebyggende behandling til alle vores patienter i form af antibiotika i forbindelse med operationen og 1 døgn derefter. Risikoen for infektion er 1%.

## **Nervebetændelse**

I forbindelse med opretning af skævhed i knæet (kalveknæ), kan der i sjældne tilfælde opnå skade på den nerve, der bøjer foden opad – det medfører en såkaldt dropfod. Tilstanden, der oftest er forbigående, kan afhjælpes med en skinne, der holder foden oppe.

## **Før indlæggelsen**

### **Motion**

Mens du venter på operationen, er det en fordel, hvis du fortsat holder dig mest muligt i gang ved fx at cykle, svømme eller gå turer. Ledbevarende træning (fx GLAD træning) ved en fysioterapeut kan også være gavnlig.

## **Kost**

Det er vigtigt at du allerede nu spiser en sund og varieret kost. Det kan nedsætte risikoen for komplikationer og samtidig har det betydning for, hvordan dit sår heler efter operationen. En sund og varieret kost vil også forebygge, at du bliver unødigt træt efter operationen.

## **Rygning og alkohol**

Rygning og et dagligt alkoholforbrug medfører øget risiko for komplikationer efter operationen. Vi anbefaler derfor, at du ophører eller reducerer rygning og alkoholindtagelse mest muligt op til operationen.

## **Forberedelse og indlæggelse**

Inden operationen bør du overveje, om du eventuelt får brug for hjemmehjælp efter udskrivelsen. Langt de fleste kan selv klare personlig hygiejne og påklædning, men nogle kan have brug for hjælp til indkøb og rengøring. Ved behov skal du selv kontakte din lokale hjemmehjælp.

Hjælpemidler som albuestokke og evt. gribetang låner du med hjem fra CPH Privathospital, men større hjæl-

pemidler skal du låne fra dit lokale sygehus. Det kan fx dreje sig om en toiletstol til de første dage efter udskrivelsen, som du kan bestille på hjælpemiddeldepotet på dit lokale sygehus.

Da du selv skal sørge for hjemtransport, er det ligeledes en god idé allerede at arrangere dette med venner og familie inden indlæggelsen. Du kan uden problemer sidde i en almindelig personbil. Har du Falck-abonnement er dette også en mulighed, og du bedes i det tilfælde medbringe dit abonnementskort. Vi forventer, at du er indlagt 1-2 døgn.

## **Hvad skal du medbringe**

Ved indlæggelsen skal du medbringe et par gode sko som du går godt og sikkert i, toilettaske og en morgenkåbe/behageligt tøj. Det forventes, at du selv medbringer tøj til hele indlæggelsen.

## **Medicin**

Du skal selv medbringe din sædvanlige medicin til indlæggelsen. Medicinen administrerer du selv – helt som du er vant til hjemmefra.

## **Faste**

På operationsdagen skal du faste 6 timer inden operationsstidspunktet – du må drikke klare væsker som vand, saft og kaffe/te indtil 2 timer før operationen.

## **Efter operaitonen**

Vi tilstræber, at du allerede samme dag kommer op at sidde i en stol og ud at gå. Protesen kan sagtens holde til det, og det er vigtigt, at du ikke ligger for meget i sengen - det er vigtig, at du kommer hurtigt op og i gang, da det minimerer risikoen for komplikationer og giver det bedste resultat på sigt. Plejepersonalet og fysioterapeuterne hjælper dig, og du vil gå med et gangredskab. Du skal træne mange gange hver dag og kun betragte sengen som et sted at hvile sig (som derhjemme). Det vil sige, at alle dagligdags aktiviteter som måltider, personlig pleje, toiletbesøg, læse, se tv osv. foregår, som du plejer. Du vil selvfølgelig få hjælp til at komme ud af sengen og bevæge dig rundt. Du får også træning i at gå på trapper.

## **Smertebehandling**

Du skal forvente, at der er smerter efter operationen, men vi sørger for at holde dine smerter på et minimum. Du får smertestillende medicin flere gange dagligt, men

det er vigtigt, at du siger til, hvis du har behov for mere. For mange smerter resulterer i for lidt træning, og det er vigtigt, at du får trænet. Dit ben kan være hævet og misfarvet efter operationen. Det er helt normalt og forsvinder af sig selv.

## **Genoptræning**

Du bliver hver dag under indlæggelsen trænet af en fysioterapeut. Det er vigtigt, at du også selv træner så meget, du kan, og kun betragter sengen som et sted, hvor du hviler dig – helt som derhjemme.

Fysioterapeuten udleverer et træningsprogram, som du skal fortsætte med at følge derhjemme efter udskrivelsen. Du vil herfra blive henvist til ambulansetræning – enten via din hjemkommune eller via den private fysioterapi.

## **Udskrivelsen**

Du skal regne med at blive udskrevet efter 1 døgn.

## **Efter udskrivelsen**

### **Smerter**

Det er helt normalt, at der forekommer smerter i en periode efter operationen i forbindelse med øgning af

gang og aktiviteter, Det kan være en god idé at afpasse træningen efter smerterne, så musklerne indimellem får lidt ro.

### **Hævelse og blodansamlinger**

Hævelse af det opererede ben er normalt og skyldes dels følger efter operationen, dels at gangfunktionen ikke er helt normal de første tre måneder. Hævelsen kan omfatte hele benet inklusive ankel og fod, og kan vare i op til 1 år.

### **Sygemelding**

Du må begynde at arbejde, når du føler dig klar til det, men har du fysisk krævende arbejde anbefaler vi, at du er sygemeldt 3 måneder efter operationen. En lægeerklæring får du hos din egen læge.

### **Bilkørsel**

Bilkørsel kan normalt genoptages, når du har helt kontrol over benet. Det vil sige når din reaktionsevne er genoprettet, og kan flytte fødderne mellem bilens pedaler på forsvarlig vis og ikke længere tager stærk smertestillende medicin. Det tager normalt mellem 3-6 uger.

### **Sport**

Sportslige udfoldelser kan genoptages efter tre måneder, men bør begrænses til gang, cykling, svømning, golf, tennis, let skiløb o.l. Undgå kontaktsport (fx fodbold og håndbold), hop og længere løbeture.

### **Kontrol efter udskrivelsen**

Trådfjernelse skal ske efter 18-20 dage hos egen læge.

Du skal møde til kontrol efter tre måneder.

## 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