

# Vejledning til kikkertoperation i knæ

2019

## Forberedelse:

Vask benet godt på operationsdagen. Der må ikke være sår, udslet, insektstik eller bumser på knæet når du skal opereres. Hvis du har hårvækst på knæet, bliver det barberet når du møder i klinikken. Du må ikke gøre det hjemme pga. risikoen for at lave sår.

Tag 2 Panodil (1g) ca. 1 time før operationen. (Der kan i stedet tages Pinex, Pamol, Ipren eller lignende).

**Generelt: Hvis du får blodfortyndende medicin skal du oplyse om det, da du evt. skal holde pause med medicin før operationen**

## Operationen:

Operationen foregår i lokalbedøvelse og varer ca. ½ time. Den foretages kikkertvejledt gennem 2-3 små snit. Det kan dreje sig om skader på menisk, en irriteret slimhinde, bruskskader eller mus i knæet.

Efter operationen får du smertestillende medicin sprøjtet i knæet, dette kan føles som skvulp i knæet det første døgn.

Lokalbedøvelsen varer 2-5 timer.

## Efter operationen:

Det er vigtigt at aflaste/skåne benet for at minimere hævelse ved at holde fod og ben så højt som muligt de første 2-4 døgn. Derved mindskes også smerter. Det er imidlertid også vigtigt at bevæge sig regelmæssigt (inklusive det opererede ben) for at holde kredsløbet i gang. Lav venepumpeøvelse med fodleddet for at øge blodcirkulationen og forebygge blodprop i benet.

## Kølebandage:

Efter operationen vil man med fordel kunne reducere smerte/ hævelse med en kølebandage. Det anbefales, at du har is eller kølepose klar i fryseren, til du kommer hjem. Læg et klæde over knæet, inden du placerer isen ovenpå. Kølebandagen kan anvendes i 20 min pr. time de første dage, herefter hver anden time.

Kølebandagen kan være en pose frosne ærter eller du kan købe en speciel bandage i Matas.

## Forbinding:

Efter operationen dækkes sårene af gaze og et elastikbind. Elastikbindet skal fjernes om aftenen og plastrene lægges på i stedet.

## Genoptræning/stingfjernelse:

Kontrol her til fjernelse af tråde og planlægning af genoptræning hvis det er nødvendigt.

Efter 14 dage skal du i gang med træning, f.eks. cykling uden modstand, evt. træne med en fysioterapeut med henvisning herfra, afhængig af skaden i dit knæ.

## Smertestillende:

Det anbefales at du tager 1 gr Panodil 4 gange i døgnet og 400 mg Ipren 4 gange i døgnet

**Sygemelding:**

Efter operationen skal du forvente at være sygemeldt 2-4 uger, afhængig af dit arbejde, og hvad der er lavet i knæet.

**Risici:**

Alle operationer er forbundet med forskellige risici. Også denne operation.

Infektion. Det sker sjældent. Symptomerne er stigende smerter, feber, rødme og tiltagende hævelse af leddet nogle dage efter operationen. Kontakt læge.

Blodprop i benet. Symptomerne er smerter, tiltagende diffus hævelse af underbenet eller en sjælden gang af hele benet nogle dage efter operationen. Kontakt straks egen læge eller vagtlæge. Dette behandles ofte med medicin.

Der er risiko for en ændret følesans i huden omkring arrene.



Olof Palmes Alle 25D, 8200 Aarhus Tlf. 8730 3132 [kontakt@demisec.dk](mailto:kontakt@demisec.dk) [www.demisec.dk](http://www.demisec.dk)