



## Slidgigt i skulderhøjdede (kravebensled)

Slidgigt mellem kraveben og  
skulderblad (AC-led)

På toppen af skulderen sidder kravebensleddet, som er et lille led, der forbinder kravebenet med skulderhøjden på skulderbladet.

Slidgigt i kravebensleddet kan opstå efter mangeårig slitage eller som følge af ledscred i leddet. Ledscred opstår oftest efter fald direkte ned på skulderen.

## Symptomer

Slidgigt i kravebensleddet kan give smerter lokalt i skulderen, men også smerter, der kan stråle ned i overarmen til albuen eller i nogle tilfælde stråle op i nakken. Der kan opstå periodevis sovende fornemmelse i fingrene.

Smerterne er typisk belastningsrelaterede, især ved brug af armen over skulderhøjde og frem foran kroppen.

Smerterne skyldes, at der har udviklet sig en gigttilstand i leddet, hvor den glatte ledbrusk er erstattet af slidt brusk med ujævne ru ledflader. De små bevægelser, der sker i leddet, når man bevæger skulderen, vil derfor fremkalde smerter.

Endvidere vil der ofte komme hævelse og væskeansamling i leddet, hvilket også kan være smertefuldt.

## Behandling af slidgigt i skulderhøjdeled

Behandlingen afhænger af symptomernes sværhedsgrad. I lette tilfælde kan behandling med gigtmedicin eller anden smertestillende medicin være tilstrækkelig. Blokadebehandling med binyrebarkhormon kan hjælpe i en periode, men ofte virker en blokade kun forbigående, og smerterne vil komme igen.

Hvis du har væsentlige smerter, der hæmmer de daglige funktioner, anbefaler vi en operation, hvor den yderste ca. 1 cm af kravebenet fjernes ved kikkerteknik eller ved en åben operation gennem en lille åbning i huden.

## Forundersøgelse

Inden beslutningen om en operation kommer du til en forundersøgelse hos en af vores speciallæger i ortopædkirurgi. Du har på dette tidspunkt ofte været igennem et længere forløb med smertestillende medicin, blokadebehandling og evt. fysioterapi af din skulder.

Ved forundersøgelsen fortæller du om dine symptomer og ønsker. Speciallægen undersøger din skulder og vurderer, om der er behov for yderligere undersøgelser fx ultralyds-scanning, røntgenundersøgelse eller MR-scanning. I nogle tilfælde kan en anlæggelse af bedøvelse i leddet være en god hjælp til at stille diagnosen. Har du selv røntgenbilleder af din skulder, bedes du medbringe disse til forundersøgelsen.

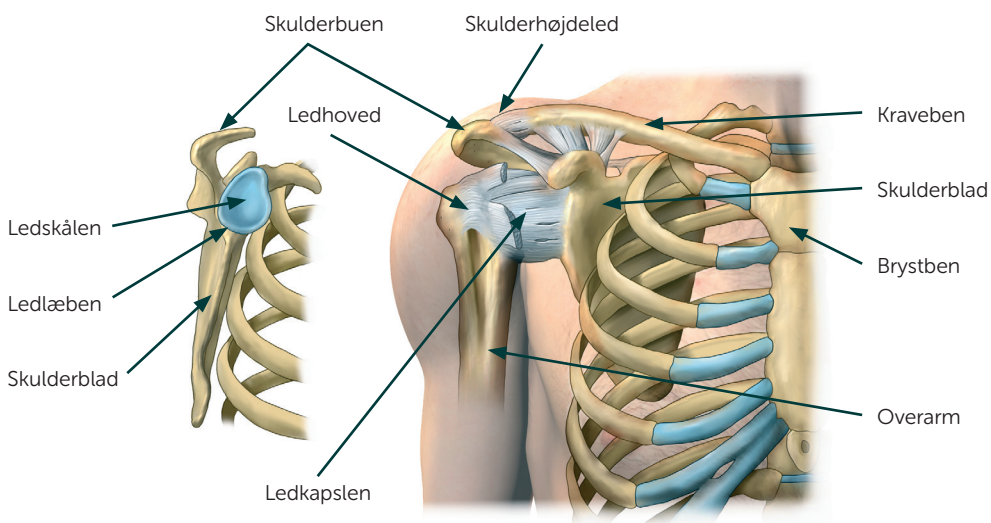
Ud fra den samlede vurdering forklarer speciallægen dig hvilke behandlingsmuligheder, der foreligger, og sammen beslutter I, om en operation er det rette for dig.

Speciallægen gennemgår i så fald forløbet samt mulige bivirkninger og komplikationer med dig. I taler desuden om, hvad du kan forvente dig af operationen og vigtigheden af genoptræningen.

### Forventninger

I mere end 80% af tilfældene kan smerterne fjernes eller reduceres væsentligt, og bevægeligheden bliver oftest normal.

Såfremt skuldersmerterne er opstået af tungt monotont arbejde, skal du overveje din arbejdssituation og fx få en mindre skulderbelastende funktion eller evt. skifte job. Ellers vender symptomerne sandsynligvis tilbage, når du genoptager arbejdet.



### Skulderens anatomi

## Forberedelse

Vi anbefaler, at du inden operationen har læst denne folder samt folderen "Generel vejledning i forbindelse med din operation".

Du bliver informeret ved forundersøgelsen, om mulighederne for bedøvelse.

### Faste

Du får enten en lokalbedøvelse også kaldet en nerveblokade (blokade), hvor hele armen / skulderen er bedøvet eller du får en fuld bedøvelse. Evt. begge bedøvelser kombineret.

Du skal i begge tilfælde møde fastende.

### Pause med medicin

Se angående dette i folderen "Generel vejledning i forbindelse med din operation" eller "Vanlig medicin i forbindelse med din operation".

## Dagkirurgi (ambulant)

Operationen bliver lavet som dagkirurgi, og du kan forvente at være klar til at blive udskrevet nogle timer senere samme dag.

## Operation

Operationen varer ca. 1 time.

Gennem 2 - 3 små huller i huden laves der først en kikkertundersøgelse, hvor skulderleddet efterses for at se, om der er andre skader. Er dette tilfældet, vil vi behandle disse med det samme, hvis det er muligt.

Den yderste ca. 1 cm af kravebenet fjernes herefter ved operation, enten med en lille fræser ved kikkerteknik eller ved en åben operation gennem en lille åbning i huden.

Der bliver lagt lokalbedøvelse i sårene ved operationens slutning, og der sættes plaster på sårene.

## Efter operationen

Efter operationen taler du med speciallægen og sygeplejersken, som informerer om planen og forholdsregler i tiden efter operationen.

### Smerter

Du får smertelindring fra blokaden, der er lagt i forbindelse med operationen. Din arm vil være delvis lammet af blokaden. Blokaden klinger af i løbet af 12 - 24 timer.

Der kan på trods af blokaden være smerter umiddelbart efter operationen, og vi anbefaler, at du på operationsdagen starter med fast smertestillende medicin.

Det vil være håndkøbsmedicin evt. suppleret med noget stærkere. Det er vigtigt, at du starter med at tage fast smertestillende medicin, inden virkningen af blokaden ophører. Derved har du smertestillende medicin i blodet, når virkningen af blokaden forsvinder.

Hvis der ikke er lagt en blokade, skal du også have fast smertestillende medicin.

### **Aktivitet**

For at støtte armen indtil virkningen af blokaden er ophørt og lindre smerterne, får du en armslynge på. Den skal du bruge i ca. 1 uge eller til smerterne er i ro.

Du bliver instrueret i øvelser, som du skal lave for at forebygge, at skulderen bliver stiv.

## **Efter udskrivelsen**

### **Smerter**

Efter operationen må du forvente ømhed og smerter i skulderen.

Du har behov for smertestillende medicin i en periode. Det anbefales at tage smertestillende medicin, så du kan træne skulderen og få så god bevægelighed som muligt.

Der er brug for stor tålmodighed fra din side, da der kan gå 2 - 3 måneder, inden smerterne er faldet til ro, og der kan gå op til et år, inden generne er helt væk.

### **Is- / kuldebehandling**

Vi anbefaler brug af en kølende bandage / ispose de første dage. Den kan bruges 20 - 30 minutter hver anden time.

### **Forbinding og bad**

Forbindingen / plasteret kan du fjerne næste dag (efter 24 timer) og tage brusebad. Når sårene er tørre, skal du ikke have plaster på længere.

### **Aktivitet / daglige gøremål**

Du må efter operationen bevæge skulderen så meget, som smerterne tillader.

Gør en given aktivitet eller belastning ikke ondt i skulderen, forvolder den heller ingen skade.

Løbeture anbefales tidligst 6 - 8 uger efter operationen og kastesport tidligst efter 3 måneders forløb.

## **Arbejde / sygemelding**

Du må forvente at være sygemeldt i en periode efter operationen. Hvor længe der er behov for, er dog meget afhængig af, hvor skulderbelastende dit job er. I nogle tilfælde kan der gå op til 3 måneder, før du kan genoptage arbejdet.

Du taler med speciallægen om, hvad du skal forvente i din situation.

## **Køre bil**

Du kan køre bil, når du kan reagere normalt i enhver situation og har fuld kontrol over armen. Du skal desuden være ude af behovet for stærk smertestillende medicin.

## **Fjernelse af tråde og opfølgning**

Trådene / clipsene skal du have fjernet efter 10 - 12 dage enten hos os eller hos din egen læge.

## **Genoptræning**

Du bliver henvist til genoptræning i Aleris regi, i din hjemkommune eller hos en privatpraktiserende fysioterapeut.

## **Mulige bivirkninger og komplikationer**

I forbindelse med en operation er der altid en lille risiko for komplikationer fx.:

### **Føleforstyrrelser**

Ganske få patienter oplever føleforstyrrelser i armen efter nerveblokaden. Disse føleforstyrrelser er oftest forbigående.

### **Infektion**

Infektion i operationsområdet forekommer hos under 1%.

### **Frossen skulder**

Der er en lille risiko for, at du i efterforløbet får en frossen skulder. Det vil forlænge sygdomsforløbet.



## Aleris Hospitaler - Vest

---

### Aalborg

Sofiendalsvej 97  
DK - 9200 Aalborg SV  
Tlf. +45 3637 2750  
aalborg@aleris.dk

### Esbjerg

Bavnehøjvej 2  
DK - 6700 Esbjerg  
Tlf. +45 3637 2700  
esbjerg@aleris.dk

### Aarhus

Brendstrupgårdsvej 21 A, 1. sal  
DK - 8200 Aarhus N  
Tlf. +45 3637 2500  
aarhus@aleris.dk

### Herning

Poulsgade 8, 2. sal  
DK - 7400 Herning  
Tlf. +45 3637 2600  
herning@aleris.dk

## Aleris Hospitaler - Øst

---

### København

Gyngemose Parkvej 66  
DK - 2860 Søborg  
Tlf. +45 3817 0700  
kobenhavn@aleris.dk

### Ringsted

Haslevvej 13  
DK - 4100 Ringsted  
Tlf. +45 5761 0914  
ringsted@aleris.dk

[www.aleris.dk](http://www.aleris.dk)

## Telefon åbningstider i kundeservice

	Vest	Øst
Mandag - torsdag	8 - 18	8 - 18
Fredag	8 - 15	8 - 16
Lørdag - søndag	Lukket	Lukket

KNBG 09  
KNBK12  
KNBK12B