

## Vejledning til operation ved achillessenebetændelse.



Achillessenebetændelse kommer efter en over-/fejlbelastning af senen. Det giver smerter og hævelse i senen. Man kan behandle med gigtsalve, hælførhøjelse, udspændings- og afslapningsøvelser af senen. Hvis det ikke er tilstrækkeligt, kan man forsøge med gigttabletter. Er alle behandlingsforsøg uden resultat og tilstanden kronisk, kan man opereres. Ved operation lægges et lille snit langs senen, og senen ”renses”.

**BEMÆRK:** Har du fået ny medicin siden forundersøgelsen, bedes du informere klinikken derom hurtigst muligt!

### **Forberedelse:**

- På operationsdagen må der ikke være sår, rifter eller eksem på området (så må operationen udsættes).
- På operationsdagen må du spise og drikke normalt. Du skal ikke faste.
- Vask området godt hjemmefra ca. 3 minutter, gerne desinficerende sæbe. Sæben skal skumme. Skyl godt, tør med ren køkkenrulle, og tag en ren sok på.
- Vigtigt at mødetiden overholdes - kom gerne lidt før.
- Du skal sørge for hjemtransport pr. bil som passager.

### **Operationen:**

Foregår i lokalbedøvelse og i blodtomhed, som varer i ca. 2-10 timer med individuel variation. Selve indgrebet varer ca. 20 minutter og du skal afsætte ca. 45 minutter i alt.

Ortopædisk Klinik Amager  
Birgit Paaske Tørholm  
klinik.amager@gmail.com  
Tlf.nr.: 34 10 00 20

### **Efterbehandling:**

- For at modvirke hævelse/smerter holdes foden højt det første døgn
- Du skal lave venepumpe-øvelser hver ½ time (bøj og stræk ankelleddet).
- Forbindingen må ikke blive våd, og skal sidde på indtil næste kontrol.
- Mod evt. smerter tages almindelig håndkøbsmedicin Panodil/Pinex eller lignende 2 tabletter 3 gange dagligt samt tbl. Ibuprofen 600 mg 1x3 de næste par dage, som gives med hjem, hvis det tåles.
- Efter 1 uge skiftes forbindelse i klinikken.
- Trådene fjernes efter ca. 14 dage i klinikken.
- Der kan være ømhed og hævelse ved operationsstedet i flere måneder efter operationen.

Det er vigtigt, at du ikke strækker achillessenen de næste 4-6 uger. Du skal gå med sko med 2 cm's hælførhøjelse i denne periode.

### **Komplikationer:**

Ring/mail til os/lægevagten 1813, hvis:

- Det bløder meget igennem eller forbindingen bliver våd.
- Der er en lille risiko for betændelse, rødme, varme, hævelse og/eller der er tiltagende smerter og feber.
- Man kan ikke love 100% symptomfrihed. Der er lille risiko for føleforstyrrelse ved arret.

### **Sygemelding:**

Afhænger af erhverv. Kontorarbejde 2-3 uger, forretning 4-6 uger. Tungere erhverv min. 6 uger.

### **Sport:**

Kan genoptages efter 8 uger

### **Bilkørsel:**

Må genoptages, når du finder det forsvarligt