



# Patientinformation

Lidelser i akillessenen

## Indhold

AKILLES LIDELSER.....	3
Risici.....	3
Hvad er prognosen?.....	3
FØR DIN OPERATIONS DAG.....	3
Medicin .....	3
Ændringer i din tilstand .....	4
Fasteregler.....	4
PÅ DIN OPERATIONS DAG .....	4
Inden du møder hos os.....	4
Medbring gerne og ifør dig .....	4
Pårørende .....	4
Når du ankommer.....	4
OPERATION OG OPVÅGNING.....	5
Bedøvelse .....	5
Operation .....	5
Opvågning.....	5
Information af sygeplejerske og kirurg .....	5
EFTERFORLØBET.....	6
Smerter når du kommer hjem.....	6
Forbinding.....	6
Genoptræning .....	6
Bilkørsel .....	6
YDERLIGERE INFORMATION .....	6
Find vej.....	7
Parkering.....	7

# Velkommen til Adeas Privathospital

Du er skrevet op til en achilles operation. Med denne pjece vil vi byde dig velkommen hos Adeas Privathospital, og fortælle dig lidt om, hvad du kan forvente.

Du vil et par dage inden din operation modtage en SMS med dit mødetidspunkt. Dette er tidspunktet for, hvornår vi forventer din ankomst og dermed ikke din operationstid. Du skal forvente at tilbringe samlet ca. 3 timer hos os. Der kan dog være forsinkelser, hvis operationer før din trækker ud.

Det er vigtigt, at du gennemlæser denne pjece inden din operationsdag.

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os på tlf. 88 77 40 00.

## AKILLES LIDELSER

Achilles sygdomme kan forekomme af flere forskellige grunde. Senebetændelse, for lange eller korte sener eller senesprængninger. Senebetændelse skyldes overbelastning, hvor senesprængning derimod kan omhandle fibersprængninger. Disse kan være akutte eller gamle sprængninger.

Ved betændelse er symptomerne typiske igangsætningssmerter, hvor symptomerne der ved de andre lidelser typisk ses en generel grad af funktionsbegrænsning.

Ofte forsøges bl.a. fysioterapi og blokadebehandling inden der tilbydes operation.

## Risici

Enhver operation er forbundet med en risiko for komplikationer. Risikoen for infektion er meget lille, men skal tages alvorligt. Tegn herpå er bl.a. pludselig hævelse, rødme, pusdannelse tiltagende smerter og feber. Du instrueres i efterfølgende sårpleje, inden du tager hjem. Herudover er der en lille risiko for dannelse af blodprop i benet. Risikoen for dette minimeres

ved hjælp af venepumpeøvelser.

## Hvad er prognosen?

Langt størstedelen af de opererede patienter, er tilfredse med det efterfølgende resultat og oplever lindring af smerter samt en forbedret gangfunktion.

Det kræver dog tålmodighed, da vil være hævelse, ømhed og en vis stivhed i senen, som kan være måneder om at aftage.

## FØR DIN OPERATIONS DAG

Inden du kommer hos os, er der nogle praktiske ting, du kan ordne.

- Planlægge hvordan du kommer til og fra operationen. Det forventes, at du selv står for transport. Er du en offentligt henvist patient, skal du som udgangspunkt også selv sørge for transporten. Er du i tvivl om dine rettigheder, kan du kontakte Rådgivningen om Sygehusvalg på tlf. 38 64 99 00 (man, tirs, tors og fre fra kl. 10-12). Tryk 1 for kørsel.
- Efter en operation, anbefales ro. Det er derfor en fordel, hvis du har klaret en del af de praktiske ting i hjemmet eller aftalt, hvem der kan hjælpe med dette efterfølgende.

## Medicin

Som udgangspunkt skal du tage din vanlige medicin, som du plejer. Dette gælder blodtryksmedicin, fast smertestillende, psykofarmaka, binyrebarkhormon og medicin mod astma, KOL, epilepsi og kramper.

Blodfortyndende medicin og vægttabspræparater skal du dog holde pause med i følgende antal dage:

3 dage	Acetylsalicylsyre
5 dage	Clopidogrel
3 dage	Pradaxa, Xarelto og Eliquis
4 dage	Marevan
10 dage	Fiskeolie

7 dage Wegovy og Ozempic

På operationsdagen holdes pause med sukkersygemedicin, vanddrivende, ADHD-medicin og vitaminer og kosttilskud.

Du vil efterfølgende få at vide, hvornår du skal genopstarte din medicin.

### **Ændringer i din tilstand**

Bliver du syg, ændres din vanlige medicin eller bliver du gravid, SKAL du kontakte os forud for dit indgreb.

### Hud

Rifter og sår i operationsområdet kan forøge risikoen for infektion. Det kan derfor betyde, at operationen udsættes. Kontakt os, hvis du er i tvivl.

## **Fasteregler**

Da du skal i fuld bedøvelse, er det vigtigt, at du er fastende. Dette betyder, at du:

- Indtil **6 timer** før mødetidspunktet må spise.
- Indtil **2 timer** før mødetidspunktet må drikke vand.

## **PÅ DIN OPERATIONS DAG**

### **Inden du møder hos os**

Tag gerne et bad hjemmefra. Der påsættes en forbindelse efter operationen, som så vidt muligt lades urørt i 48 timer. Da forbindingen ikke må blive våd, vil det kun være muligt med etagevask i denne periode.

Fjern al form for neglelak inden operationen, da dette kan vanskeliggøre måling af iltmætning. Du må ikke have smykker eller piercinger på under operationen. Disse kan med fordel efterlades derhjemme. Det samme gælder andre værdigenstande.

### **Medbring gerne og ifør dig**

- Al din vanlige medicin.
- Mobiltelefon.
- Praktisk og løstsiddende tøj. Sko der er nemme at få på.

Desinfektionsmidlet er gult og smitter nemt af på tøjet. Tag venligst højde for dette ved påklædning.

### **Pårørende**

Er du under 18 år, eller af en anden særlig grund har brug for støtte fra pårørende, kan én person være ved dig inden og efter operation. Dette aftales på forhånd. Da der prioriteres maksimal ro til vores patienter, forventes der, at vedkommende forlader lounge/opvågningen, mens du bliver opereret.

Er du over 18 år, må din pårørende gå med dig til receptionen, indtil du kaldes ind. Det er desværre ikke muligt, at vedkommende opholder sig i receptionen under hele din indlæggelse. I nærheden af hospitalet ligger cafeer, fælledparken mm, hvor tiden kan fordrives, hvis I kommer langvejs fra. Din pårørende kan igen tage plads i venteværelset på 2. sal, når du er klar til at tage hjem.

### **Når du ankommer**

Receptionen ligger på 2. sal. Her henvender du dig til receptionisten, og melder dit fremmøde. Har du mødetid kl. 7.30, tager du venligst bare plads i venteværelset. Du vises herfra og op på 3. sal, hvor vores lounge, opvågning og operationsgang ligger.

Her skal du:

- Klæde om til hospitalstøj.
- Identificere dig med navn og CPR-nummer og have et ID-armbånd på.
- Have forebyggende smerte- og kvalmestillende medicin.
- Tale med kirurgen, hvor operationsområdet markeres.
- Tale med anæstesilægen om bedøvelsen. Oftest er dette aftalt dagen før.
- På toilettet.

## OPERATION OG OPVÅGNING

### Bedøvelse

Bedøvelsen planlægges hverdagen før din operation, hvor du kontaktes telefonisk. Er det ikke muligt at komme i kontakt med dig, indtales så vidt muligt en telefonbesked. Vi har forinden gennemgået din journal og spørger bl.a. ind til dit helbred, dine erfaringer med tidligere bedøvelser, hvilken medicin du tager til dagligt og om eventuelle allergier. Da operationen foregår i fuld bedøvelse, er det vigtigt, at du overholder fastereglerne beskrevet ovenfor.

Du lægges til at sove via et drop (en lille plastikslange) i hånden. Vi anvender lægemidler med få bivirkninger og kort virkningstid, som sikrer hurtig opvågning. Under operationen overvåges du af anæstesipersonale, som hjælper dig med at trække vejret. Dette foregår via en lille blød plastmaske, som placeres i svælget eller et lille plastikrør, som føres ned i luftrøret. Dette foregår, mens du sover. Nogle patienter kan som følge heraf opleve lidt ømhed, hæshed eller irritation i halsen. Under hele din bedøvelse, vil du være tilknyttet overvågningsudstyr, således at vi kan holde øje med dit blodtryk, puls, iltmætning samt din hjerterytme.

### Er det farligt at blive bedøvet?

Hvis man er sund og rask og bedøvelsen foregår under ordnede og kontrollerede forhold, er det ikke farligt at blive bedøvet. Vi stiller meget høje krav til sikkerheden under bedøvelsen. Hvis vi, efter nøje gennemgang af din journal og samtale med dig vurderer, at det er sikkert at bedøve dig til den planlagte operation, kan du være helt rolig.

### Operation

Operationen tager typisk ca. 30 min og foretages af og til i bugleje (på maven). Igennem et snit hen over senens længderetning behandles den aktuelle lidelse. Den operative metode afhænger af de specifikke lidelse. Ved senebetændelse, oprensnes senen for at skabe heling. Ved senesprængning bandageres eller syes sprængningen – hvis der er tale om en

gammel sprængning, kan det være nødvendigt at rekonstruere senen på ny. Ved for lange eller for korte sener tilpasses senen til en passende længde. Efterfølgende lukkes operationsområdet med tråd.

Når operationen er færdig, slukkes for sovemidlet, du vågner kort herefter og overflyttes til opvågningen.

### Opvågning

I opvågningen har du mulighed for at komme til dig selv efter operationen. Her holdes øje med dit blodtryk, puls og vejrtrækning. Desuden vil sygeplejersken spørge ind til smerter og kvalme.

Til vurdering af smerter bruges en numeriskskala, hvor du vurderer dine smerter fra 0-10.

0 er ingen smerter og 10 de værst tænkelige.



Det er normalt at opleve smerter efter en operation. Vores mål er, at dine smerter er til at holde ud, hvorfor vi i opvågningen justerer din smertebehandling herefter.

Du skal ligge i opvågningen i en kortere periode. Når du er klar til at gå, kan din pårørende enten vente ved receptionen på 2. sal eller møde dig foran elevatoren og indgangen til opvågningen på 3. sal.

### Mobiltelefon i opvågningen

Vi anbefaler, at du medbringer din mobiltelefon, så du og dine pårørende kan komme i kontakt med hinanden. Brug af telefon skal dog være med hensyntagen til de andre patienter.

### Information af sygeplejerske og kirurg

Inden du går hjem informeres du af kirurgen om indgrebet, fremadrettet plan og forholdsregler efter operationen. Du vil herudover modtage en samling af informationsmateriale, hvori der indgår en kopi af din operationsbeskrivelse, visitkort på din kirurg, lidt stærk smertestillende og ekstra plastrer.

## EFTERFORLØBET

Du må støtte på foden allerede, når du går herfra. På foden får du som regel en Walker støvle, som bruges ved gang. I denne placeres ofte hælklæder, begge dele for at skåne operationsområdet.

### Smerter når du kommer hjem

Du kan med fordel lægge ispakninger på operationsområdet 3-4 gange dagligt i 20 min ad gangen de første par dage.

Derudover er det en gode ide at lindre smerterne efter operationen ved at tage fast, mild, smertestillende medicin. Vi anbefaler, at du morgen, middag, aften og til natten tager

2x 500 mg Paracetamol  
400 mg Ibuprofen\*

*\* Såfremt du har tendens til sure opstød eller mavesår, bør du undgå at tage Ibuprofen eller supplere med syreneutraliserende medicin.*

Som supplement medgives tablet Morfin 10 mg, som kan anvendes i tilfælde af, at dine smerter bliver uudholdelige.

Kirurgen lægger recept på apotekets server, hvis der vurderes, at du får behov for yderligere stærk smertestillende, end det medgivet. På samme server lægges der desuden recept på Paracetamol og Ibuprofen.

### Forbinding

Den påsatte forbinding lades urørt i 48 timer, hvis ikke andet er aftalt. Først herefter kan du gå i bad. Hvis der opstår en større blødning eller gennemsivning af væske, kan det være nødvendigt at skifte forbindingen til nye plastre.

Vi fraråder karbad, svømmehal og havbadning indtil dagen efter stingene er fjernet.

## Genoptræning

Kirurgen lægger en henvisning på 'Henvisningshotellet' for fysioterapi. Hvis du har privat sundhedsforsikring, skal du kontakte dit forsikringsselskab for at få anvist en fysioterapeut i deres netværk. Er du derimod en offentligt henvist patient, vil du blive indkaldt til kommunal fysioterapi via e boks. Sædvanligvis opstartes genoptræning med fysioterapeut efter ca. 14 dage.

### Bilkørsel

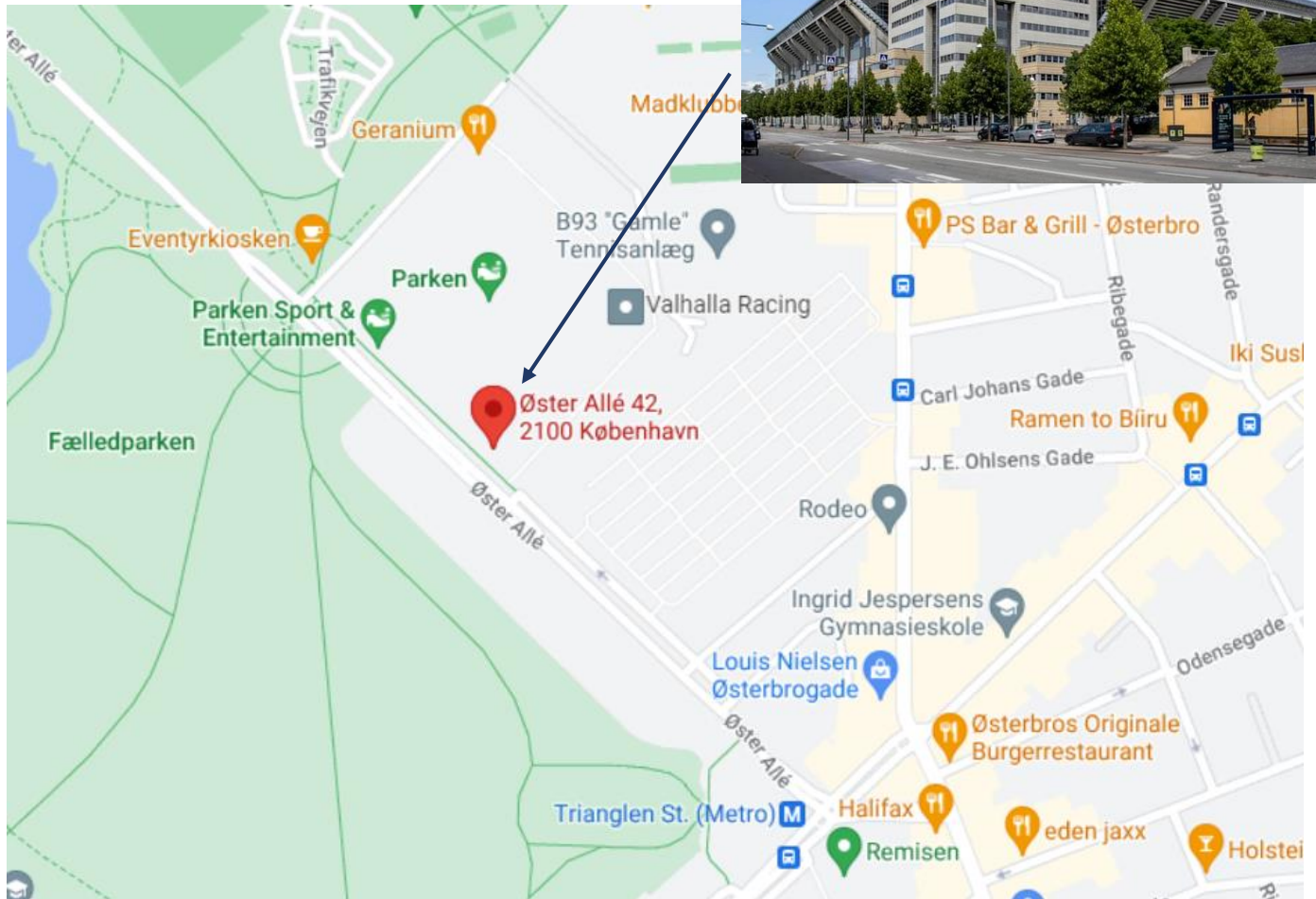
Det er ikke tilladt at føre motoriserede køretøjer de første 24 timer efter bedøvelse. Herefter må du køre vil, når du igen har fuld bevægelighed, fuld styrke og koordination af begge ben og ikke længere tager stærk smertestillende medicin (fx morfin).

## YDERLIGERE INFORMATION

Ønsker du yderligere information, er du altid velkommen til at kontakte os på tlf. 88 77 40 00.

## Find vej

Øster Allé 42, 2. sal, 2100 København Ø



Hvis du skal hertil med offentlig transport, holder både bus og metro ved stoppestedet Triangeln station. Dette ligger ca. 500 meter fra Adeas Privathospital.

## Parkering

Hentes og/eller bringes du af pårørende i bil, er det muligt at parkere på Øster Allé og på parkeringsområdet omkring Parken mod betaling. Husk at betale for parkering via betalingsapp – se venligst skiltning (det er ikke muligt at købe P-billet ved standere). Adeas' egne parkeringspladser er personaleparkering og kræver særlig licens.

Med venlig hilsen



Øster allé 42, 2 sal.  
2100 København Ø  
88 77 40 00  
info@adeas.dk  
www.adeas.dk