

## - STABILISERENDE RYGOPERATION

### Rygsøjlen

Rygsøjlen består af 24 hvirvler samt korsbenet og halebenet. Ryghvirvlerne er bagtil forbundet ved små led (bueleddene). Fortil er de forbundet med en bruskskive (discus). Langs forsiden og bagsiden af rygsøjlen ligger sener og ledbånd, som holder hvirvlerne på plads.

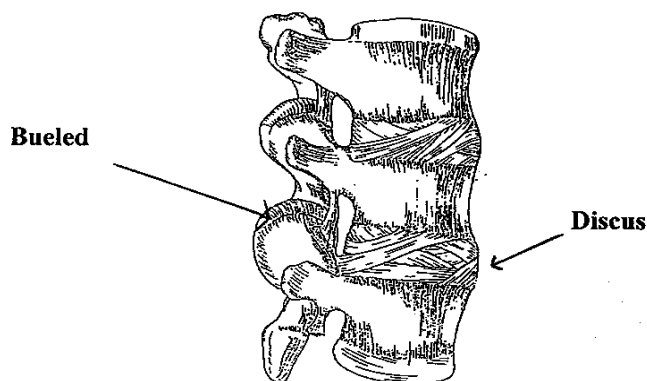


Fig. 1. Tre hvirvler med discus imellem – set fra siden.

### Spondylolistese

Din ryglidelse kaldes ”spondylolisthesis” (spondylos = ryghvirvel; olisthesis = udgliden). Det er en forskydning mellem to hvirvler, hyppigst en fremadglidning af den 5. lændehvirvel i forhold til korsbenet (se fig. 2). Lidelsen forekommer hos ca. 5% af befolkningen. Den kan være medfødt, men også fremkomme senere. Glidning mellem 2 ryghvirvler kan også forårsages af almindelige aldersforandringer (slidgigt).

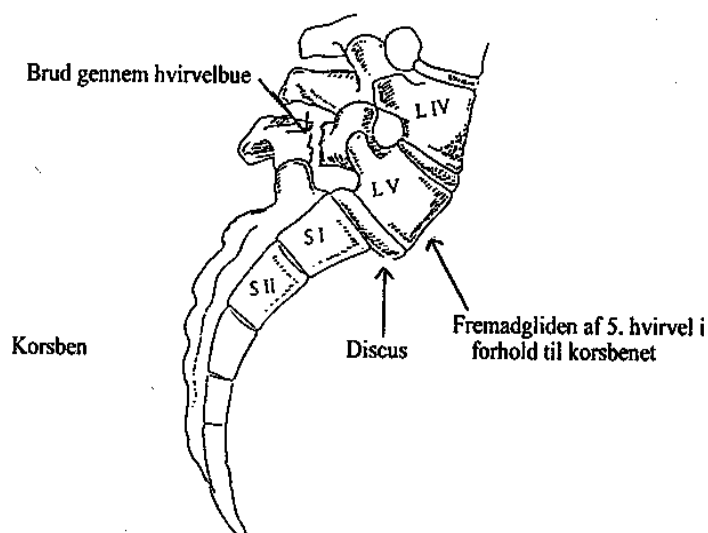


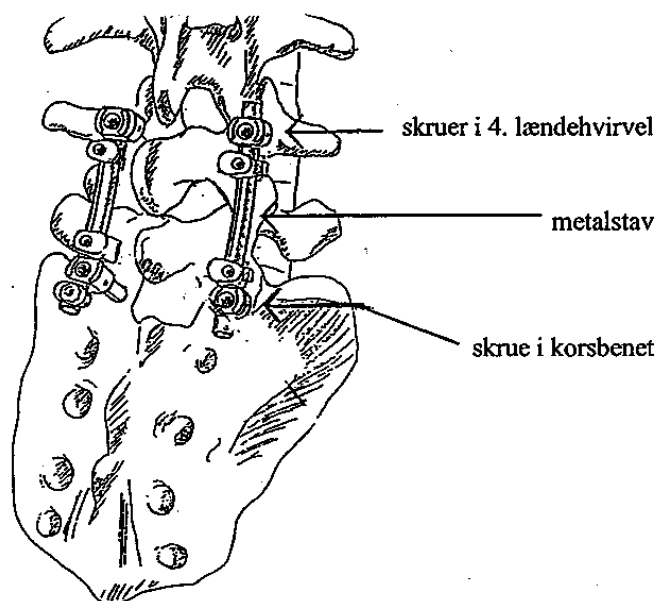
Fig. 2. Korsbenet og de to nederste lændehvirvler. Spondylolistese af 5. lændehvirvel.

## Symptomer

Dine symptomer vil oftest bestå af smerter i lænden og benene. Hos voksne med spondylolisthese kan betydelige smerter hænge sammen med udvikling af slidgigt mellem de hvirvler, som er gledet i forhold til hinanden. Herved trykkes nerverne ud til knoglerne, så der opstår smerter. Måske lindres smerterne, når du sidder og skyder lænden ud. Smerterne forværres ved gang.

## Om operationen

Du skal have foretaget en stabiliserende operation i ryggen, fordi man vil fjerne/mindske dine smerter. Operationen foretages i fuld bedøvelse, og der indsættes metalskruer og stave, så en del af ryggen gøres stiv (se fig. 3). Knoglevæv lægges i små stykker på de hvirvler, som skal gøres stive.



**Fig. 3. Korsbenet og de to nederste lændehvirvler med metalskruer og stave.**

Det er ikke unormalt, at du kan have smerter i et stykke tid efter operationen. Korset er normalt ikke nødvendigt efter operationen. De fleste patienter udskrives 10-12 dage efter operationen.

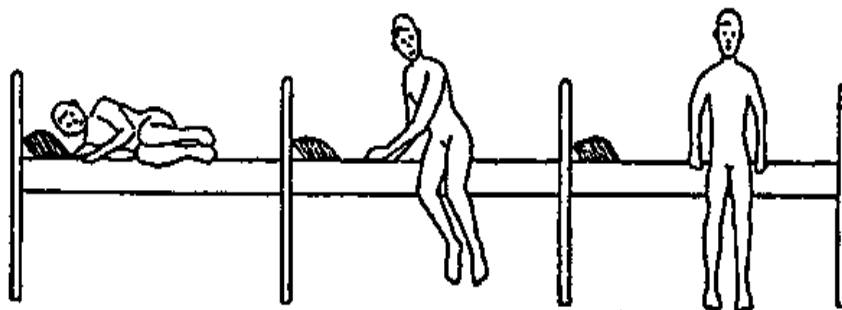
## Dagen før operationen

Der vil blive taget blod- og urinprøve. Du bliver tilset af en narkoselæge. Om aftenen får du en indsprøjtning for at forebygge årebetændelse i benene. Du skal fortsætte med indsprøjtningerne dagligt, indtil du skal hjem. Du skal faste fra kl. 24.



## Albueteknik

Ca. en uge før operationen er du til forundersøgelse på sygehuset, hvor også fysioterapeuten vil informere og instruere omkring træningsforløbet. Desuden afprøve hvordan du skal vende dig i sengen og rejse dig fra sengen (se tegning).



## Operationsdagen

Du må bade. Du må ikke have tandprotese på. Du skal undlade at have smykker, neglelak og læbestift på.

Efter operationen får du tilført væske og smertestillende medicin i et drop i armen. Du vil også få antibiotika heri i 3 dage.

Under operationen vil der blive lagt et urinkateter, og der vil blive lagt dræn fra såret. Dette skal blive liggende i ca. 2 dage.

Når du er blevet opereret, bliver du kørt til opvågningsafdelingen, hvor puls og blodtryk jævnligt bliver kontrolleret.

Du kommer tilbage til afdelingen, når det smertestillende drop kan undværes – som regel 2 døgn efter operationen. Ofte vil der være indlagt et kateter i ryggen for at give dig den bedste smertestillende medicin.

## Dagen efter operationen

Du må komme op at stå/gå i en gangvogn.

Ved toiletbesøg må du sidde på en bækkenstol ved siden af sengen. De første dage kan du få hjælp af personalet, når du skal ud af sengen.

Fysioterapeuten vil gennemgå et øvelsesprogram med dig.

Når du ligger på ryggen bør hovedgærdet kun hæves 15 til 20 grader.

Spisning foregår ryg- eller sideliggende.

## De følgende dage

Såret tilses, og du får fjernet dræn. Du får taget kontrolrøntgenbilleder af ryggen. Du kan tage brusebad.

Fysioterapeuten gennemgår resten af øvelsesprogrammet med dig og aftaler, hvad du selv kan træne. Øvelsesprogrammet udvides med trappetræning.



Du må gå småture, som du efterhånden kan øge i tid og hyppighed. På 3-4 dagen kan du begynde at sidde kortvarigt. Du må efterhånden være oppe hele dagen, afbrudt af hyppige, korte hvil på sengen.

Det anbefales, at du har joggingdragt og sko med hælklappe. Når du skal have tøj på, kan du gøre det liggende i sengen eller stående med ryggen op mod væggen.



### Efter udskrivelsen

Du skal fortsætte med at gøre dit øvelsesprogram samt træne dine benmuskler og din kondition ved at gå ture. Det er vigtigt, at du får styrket dine benmuskler, idet dette er en forudsætning for rigtig arbejdsteknik ved f.eks. løft.

Hvis der opstår træthed eller smerter i ryg eller ben, kan du lægge dig i hvilestilling, indtil de er aftaget. Du opfordres til at lægge dig midt på dagen.



#### Løft

Du skal undgå tunge løft. Du må løfte op til 3 kg, hvis du kan holde det, du løfter, tæt ind til kroppen.

#### Daglige gøremål

Du må lave mad og vaske op, men undgå rengøring og sengeredning i ca. 3 måneder. Undgå at læne overkroppen fremover uden at støtte dig til noget med hænderne.

#### Samliv

Sexualliv kan genoptages, såfremt det ikke giver rygproblemer.

#### Bilkørsel

Som passager max. 1/2 time 2 uger efter operationen.

Som fører efter 3 måneder.

#### Svømning

Efter 3 måneder. Undlad brystsvømning.

#### Cykling

Efter 3 måneder.

#### Løb/jogging

Efter 3 måneder.

#### Genoptagelse af arbejde

Efter 4-6 måneder – afhængigt af arbejdets karakter.

#### Udenlandsrejser

Hvis du påtænker at rejse udenlands, skal du undersøge, om din rejseforsikring dækker.



## Efterbehandling

Ca. 3 måneder efter operationen skal du til kontrol hos overlæge Michael Rud Lassen, hvor der tages stilling til, om ryggen er helet og træningsstabil. Genoptræningen kan foregå i bassin og/eller på deserygskole, hvor øvelsesprogrammet udvides, og du vil blive vejledt i hensigtsmæssige arbejdsstillinger.

Du kommer til kontrol hos overlæge Michael Rud Lassen igen 1 år efter operationen.

## Ikke instrumenterede spondylodeser

Hvis det ikke skønnes nødvendigt med indsættelse af metalskruer og stave, skal du anvende et korset i 3 måneder. Du behøver ikke anvende korsettet, når du ligger ned.

Efter 3 måneder skal du til kontrol, og hvis indhelingen er tilfredsstillende, skal du aftrappe korsetanvendelsen over de næste få uger.

Fraset korsetregimet er behandling, genoptræning og råd som beskrevet i foregående afsnit.

23. oktober 2002

5/5

stabiliserende rygoperation