

# Tennisalbue

## Patientvejledning

002





## Velkommen

Hos PrivatHospitalet Danmark kommer vores kunder altid i første række. Som kunde hos os oplever du en høj faglig kvalitet og tidssvarende faciliteter, hvor dit behandlingsforløb er vores første prioritet.

PrivatHospitalet Danmark har eksisteret siden 1991 og er i dag Danmarks største privatejede danske hospital. Hospitalet bliver til dagligt drevet af hospitalschef Bettina Hardt-Madsen.

Vi råder over operationsstuer, ambulatorier og sengepladser. Vi har kompetente specialister tilknyttet inden for hver deres speciale, alle er overlæger med lang og veldokumenteret ekspertise inden for deres område.

Hospitalet råder endvidere over moderne røntgenudstyr, således at næsten alle former for billeddiagnostik kan foretages på stedet, og vi har derudover det nyeste medicotekniske udstyr.

Har du spørgsmål vedrørende din operation eller andet, som vi kan hjælpe dig med, er du altid velkommen til at kontakte os.

Bettina Hardt-Madsen  
Hospitalschef

## Vi passer godt på dig

Som kunde på Privathospitalet Danmark kan du forvente den bedste behandling af vores professionelle personale.



## Operation for tennisalbue/golfalbue (epicondylitis lateralis/medialis humeri)

De sener som gør os i stand til at bøje og strække håndledet udspringer fra knoglefremspringene på yder og indersiden af albuen. På trods af navnene tennis- og golfalbue, ses disse lidelser især i erhverv, hvor der udføres kraftfulde armfunktioner i kombination med gentagne bevægelser samt ved muse- og tastaturarbejde.

Lidelserne er overbelastningsskader ved senetilhæftningerne.

Idrætsudøvere kan naturligvis også få denne skade ved bl.a. ketchersport med hyppige baghåndsslag og hos golfspillere.

Symptomerne er smerter lokaliseret på yder eller indersiden af albuen ved knoerne, ofte med udstråling op eller ned af armen. Der er ofte stivhedsfornemmelse af albuen. Smerterne forværres oftest ved selv let belastning af håndledet. Ubehandlet kan sygdommen vare op til flere år.

## Diagnosen

Diagnosen stilles oftest ved sygehistorien samt lægens undersøgelse af albuen. Man vil her ofte finde udtalt ømhed over albue- knoerne og sene-tilhæftningerne, med forværring ved bevægelse af håndledet op/ned mod modstand. Supplerende kan foretages ultralydsscanning af det ømme område, hvor man ofte vil finde væskeophobning i vævet(ødem) samt irritation.





## Symptomer

Ofte vil symptomerne være forbundet med smerte ved bevægelse af armen samtidigt med at hånden griber hårdt fat om noget.

## Behandling

Inden evt. operation bør man have været igennem et behandlingsforløb, som omfatter aflastning for den udløsende årsag i mindst et par uger, antiinflammatoriske piller, fysioterapi samt blokadebehandling med binyrebarkhormon. Disse behandlinger har typisk en god prognose med forbedring i 60-90 % af tilfældene. Hos nogle patienter tilbydes en ultralydsvejledt nålebehandling i lokalbedøvelse inden operation overvejes.

Virker ovennævnte behandling ikke og har smerterne været i typisk mere end 3 måneder, kan man blive opereret for lidelsen.

## Operation

Operationen foregår ambulant, hvor man tager hjem kort tid efter indgrebet. Operationen kan udføres både i lokalbedøvelse samt fuld narkose.

Ved operationen løsner man sene-tilhæftningen ved albuen, gennem et 3-5 cm langt snit, samt fjerner det irriterede væv omkring senens fæste på knoen. Såret bliver syet og lukket med plaster.

## Operationsdagen

Bliver du syg kort tid inden planlagt operation (f.eks. luftvejsinfektion med feber eller lignende), eller får du infektion eller sår i huden (rifter, bumser, bylder) i nærheden af operationsområdet, indebærer disse forhold en øget risiko for komplikationer i forbindelse med operationen. Derfor bør du, også hvis du blot er i tvivl, hurtigst muligt henvende dig til sekretariatet og få vores vurdering til om operationen eventuelt skal aflyses på telefon: 39 44 19 49.

Af hensyn til afrensning og desinficering af huden bør du undgå at creme din arm ind på operationsdagen. Der må heller ikke være sår i området.

### **Blodfortyndende medicin og naturpræparater**

For at undgå unødvendig blødning ved operationen, er det vigtigt at du holder pause med at tage blodfortyndende medicin samt Magnyl, Brufen- og Iprepræparater og naturmedicin som fiskeolie, ginseng og lignende, tre dage op til operationen. Medicinen kan startes igen et døgn efter operation.

## Efter operationen

Trådene skal fjernes hos egen læge sædvanligvis 12 dage efter operationen. Plastre kan du evt. selv skifte ved fx gennemsvivning.

Man kan sædvanligvis tage brusebad 1-2 døgne efter operationen. Karbad og hav/søbad må ikke ske, før trådene er fjernet og såret er helet.

Efter operation må man bevæge armen frit, men bør dog aflaste 2-3 uger. Man vil ofte føle let svækkelse af kraften over hånden i nogle uger efter indgrebet, men denne tilstand forsvinder oftest.

### **Hvad kan du forvente af operationen**

God effekt af indgrebet ses hos 50-70 %.

### **Sygemelding**

Ved ikke albuebelastende arbejde, fx kontor, forventes 3-6 ugers sygemelding. For tungt arbejde kan forventes mellem 6 og 12 uger.

### **Fysioterapi**

Efter operationen henvises du til træning med en fysioterapeut mhp. bevægetræning.

## **Komplikationer:**

Komplikationer ses i 2-3 % af tilfældene. Det drejer sig primært om infektion, hvorfor det er vigtigt, at du på operationsdagen ikke har infektion i kroppen (forkølelse, inficerede sår mv.).

Føler du dig sløj i dagene op til operationen, bedes du ringe hertil og få en ny operationsdato.

Opstår der varme, rødme, hævelse, kraftig sved og evt. feber efter operationen, skal du med det samme kontakte læge.

Af og til kan der komme lidt føleforstyrrelser i huden omkring såret. Det forsvinder ofte igen efter nogen tid.

Albuen kan pga. blødning inde i vævet hæve op i tiden efter operationen, og dermed hæmme evnen til at bøje og strække. Det betyder sjældent noget alvorligt, men er det udtalt eller er du i tvivl kan du kontakte os eller anden læge.

## **Komplikationer eller spørgsmål?**

Opstår der komplikationer eller har du i øvrigt spørgsmål før og efter operationen, kan du henvende dig til PrivatHospitalet Danmark.

Hvis der opstår komplikationer udenfor ambulatoriets åbningstid, skal du kontakte egen læge eller 1813.



## PrivatHospitalet Danmark tilbyder specialistbehandling inden for følgende specialer:

- Albuesmerter
- Ankelsmerter
- Anæstesi
- Astma, allergi og lungesygdomme
- Fodsmarter
- Gynækologi
- Neurologi
- Hovedpine/migræne
- Svimmelhed
- Hoftesmerter
- Hudsygdomme
- Håndsmarter
- Hjerteklinik
- Indlæggelse
- Knæsmarter
- Mave og tarm
- Medicinske sygdomme
- Neurofysiologi
- Ortopædkirurgi
- Plastikkirurgi
- Reumatolog
- Rygsmerter
- Røntgen og scanning
- Skuldersmerter
- Slidgigt
- Sportsskader
- Urologi
- Ultralyd



PrivatHospitalet Danmark • Jægersborg allé 14 • 2920 Charlottenlund • Tlf.: 3964 1949  
info@phdanmark.dk • www.phdanmark.dk