



Diskusprolaps i nakken

042



Patientinformation om diskusprolaps i nakken

Beskrivelse af lidelsen

Diskusprolaps rammer folk i alle aldre, men ses oftest i 30 - 50-årsalderen.

Det skyldes ofte en aldersbetinget nedbrydning af diskus som er den stødabsorberende kerne mellem ryghvirvlerne. Gennem en svaghed i diskus kan det gummiagtige indhold i diskuskernen bule ud og trykke på en nerverod. Svagheden i diskus kan dog også opstå som følge af en uheldig, pludselig rygbelastning.

Diskusprolaps ses hyppigst i lænderegionen, men kan også ses i halsrygsøjlen.

Næsten de samme symptomer ses ved slidgigt i nakken, hvor der kommer forsnævring omkring nerverne. Symptomerne kommer ofte mere gradvist over nogle år, men ligner meget de symptomer, man ser ved en diskusprolaps.

Symptomer

Symptomerne er smerter/stivhed i nakke, udstrålende til arme og fingre.

Føleforstyrrelse/følelsesløshed i arme og fingre og nedsat kraft i armenes muskler. I meget sjældne tilfælde kan der være problemer med at kontrollere vandladning og afføring.

Før operationen

- I dagene op til operationen bør du tage et mildt afføringsmiddel, f.eks. Toilax®.
- For at undgå betændelse i operationssåret er det vigtigt, at huden i nakken er uden sår, rifter og eksem.
- Du skal vaske dig grundigt med vand og sæbe aftenen inden operationen og igen om morgenen på operationsdagen.
- Du må ikke have make-up, kunstige negle og neglelak på under operationen, da vi skal kunne se dine negles naturlige farve i forbindelse med bedøvelsen og din generelle tilstand under operationen.
- Vi vil råde dig til at lade smykker og andre værdigenstande blive hjemme.

Alkohol og rygning

Alkohol og rygning har en negativ indflydelse på sårets evne til at hele. Det er derfor vigtigt, at du ikke har et alkoholforbrug, der ligger over Sundhedsstyrelsens anbefalinger og du bør stoppe helt med at ryge.

Medicin og dit helbred

Du skal medbringe en liste over den medicin, du tager, inkl. naturmedicin/kosttilskud. Tager du dagligt blodfortyndende medicin eller naturmedicin er det vigtigt, at du oplyser om det.

Ved undersøgelsen før din operation taler du med en læge om dit helbred. Hvis der er medicin, du ikke kan tåle, er det vigtigt, at du gør opmærksom på det.

Du skal evt. have taget blodprøver og et hjertekardiogram. Derefter skal du tale med en anæstesi-læge om bedøvelsen.

Operationsdagen

Da du opereres i fuld narkose, skal du faste inden operationen.

Faste og morgenmedicin:

- Du må spise indtil 6 timer før din mødetid
- Du må drikke kaffe og te uden mælk, vand / saftevand, ikke juice, indtil 2 timer før operationen
- Inden kl. 06 skal du tage den medicin, du har aftalt med narkoselægen.
- Husk at medbringe vanlig medicin

Briller og kontaktlinser skal du tage af lige inden operationen. Hvis du har tandprotese, høreapparat eller lignende, får du en pose til at opbevare disse i under operationen.

Operationstidspunkt

Vi tilstræber at overholde det planlagte operationstidspunkt, men der kan opstå uventede situationer, der giver ventetid.

Når du ankommer på operationsdagen

- Du møder på PrivatHospitalet Danmark, Jægersborg Allé 14, 2. sal i receptionen.
- Du bliver modtaget af det personale, der deltager i din operation. Personalet sikrer sig din identitet og den læge, der skal operere dig, sætter et mærke, hvor du skal opereres.
- Du får lagt en tynd plastikkanyale (drop) i hånden, og du får sat elektroder på brystkassen, så vi kan følge med i hvordan hjertet slår både under og efter operationen.

Bedøvelse

Du bliver opereret i fuld bedøvelse.

Du får sprøjtet et sovemiddel ind i kanylen på hånden, og du falder i søvn i løbet af få minutter og vil herefter sove smertefrit under operationen.

Bivirkninger

Du kan få kvalme og opkastninger som følge af narkosen. Du kan få medicin mod kvalme, hvis du har behov for det.

Operationen

Du ligger på ryggen under operationen. Der bliver lavet et 3-4 cm langt skråsnit på halsens forside. Den syge diskus fjernes, hvorved trykket på nerve og/eller rygmarg ophæves. I stedet indsættes en lille klods(cage), der er lavet af et hårdt plastmateriale, mellem de 2 hvirvellegemer. Derved bliver afstanden mellem hvirvlerne stabiliseret og bevaret.

Dette medfører en lille begrænsning af bevægeligheden i nakken.

Efter operationen

Du kommer på opvågningsafdelingen, hvor du ligger og hviler, mens bedøvelsen aftager. Når du er tilbage på sengeafsnittet, vil plejepersonalet eller en fysioterapeut hjælpe dig med at komme ud af sengen, så snart du er i stand til det.

Smerter

Der kan være lidt synkebesvær og smerter i halsen de første dage efter operationen.

Smerterne forsvinder gradvist efter 1-2 uger. Du vil få smertestillende medicin 3-4 gange i døgnet i form af tabletter. Har du behov for yderligere smertestillende medicin, hvilket de fleste har i de første dage efter en operation, er det vigtigt, at du siger det til os så vi sammen kan finde den bedste smertebehandling til dig.

Det er vigtigt at være godt smertelindret, da for mange smerter vil hindre dig i bevægelse og træning. Inden du tager hjem, vil du blive informeret om, hvilken smertestillende medicin vi anbefaler og du får eventuelt lagt recept på en receptserver, så du kan hente medicin på apoteket.

Sårheling

For at hindre blodansamling er der ofte lagt et dræn i operationssåret. Det bliver fjernet dagen efter operationen. Du kan herefter gå i brusebad (ikke karbad).

Du har en plasterforbinding på, der er vandtæt, men husk at skifte plaster, hvis det bliver vådt. Plasteret må du fjerne 2-3 dage efter operationen.

Fysioterapi / genoptræning

Efter operationen, vil vores fysioterapeut komme og instruere dig i øvelser. Øvelserne fortsætter du med hjemme. Det er vigtigt, at du »lytter« til din krop. Hvis du får smerter og bliver træt, skal du hvile. Du bør gradvist øge dit aktivitetsniveau. Undgå dog at fremprovokere yderligere gener fra nakken.

Løfte / bære

De første 4 uger efter operationen bør du undgå tunge løft - max. 3 kg. Vægten skal fordeles ligeligt, og byrden skal bæres tæt på kroppen

Motion

- Du må ikke få manipuleret nakken af fysioterapeut eller kiropraktor de første 3-4 måneder efter operationen, men du må gerne få behandling på muskulaturen
- Du må svømme efter 6 uger når såret er lægt
- Efter 6 uger kan du begynde at cykle
- Du bør vente 6 måneder med kontaktsport, dvs. sport hvor der er en modspiller f.eks. fodbold, håndbold og ridning

Seksualliv

- Du kan genoptage samliv, når du har lyst

Gode råd

- Bevæg dig - gå en tur
- Varier dine daglige gøremål - husk at holde pause
- Læg evt. et stykke plastik på bilsædet, så du nemt kan glide og dreje ind og ud af bilen

Aktiviteter

- Du må køre bil 2-3 uger efter operationen, når du har fuld førlighed og ikke får medicin forsynet med rød trekant

Hvordan kommer du hjem efter operationen

- Som hovedregel skal du selv sørge for hjemtransport.
- Du må ikke selv køre bil

Efter udskrivelsen

Bad

Er såret helt tørt og uden tegn på infektion, må du gå i brusebad uden forbindelse 2 - 3 dage efter operationen. Hvis sårene væsker, skal du have plaster på, indtil sårene er tørre.

Hvis trådene generer dig, kan du vælge at fortsætte med plaster indtil trådene er fjernet. Du må gerne tage bus og tog i den udstrækning, du føler, din ryg og nakke kan klare det.

Tråde

Der benyttes selvopløselig tråd, så det er ikke nødvendigt at få fjernet sutur hos egen læge.

Mulige bivirkninger og komplikationer

Hold øje med dit blodtryk

I forbindelse med alle operationer er der en lille risiko for problemer med hjerte og kredsløb. Hvis du lider af forhøjet blodtryk, sukkersyge m.m. vil risikoen for problemer med hjerte og kredsløb være lidt større.

Klump i halsen

Fordi spiserøret har været holdt til side under operation, vil du ofte opleve fornemmelsen af en klump i halsen i dagene efter operationen. Dette aftager helt hos næsten alle.

Betændelse i operationssåret

I den første tid efter operationen kan der komme betændelse i såret på halsen. Dette sker hos mindre end 1%.

Betændelse i diskusskiven

I den første tid efter operationen kan der opstå betændelse i det område, hvor diskusprolapsen blev fjernet. Dette sker hos under 0,1 % af patienterne. For at forebygge denne komplikation giver vi dig antibiotika i forbindelse med operationen.

Hul på nervesækken

Ved op mod 4 % af denne type operationer kommer der et hul på nervesækken. Udsivning af væske fra nervesækken kan forårsage kraftig hovedpine. Behandlingen er: sengeleje i ca. i døgn, og at du drikker rigelig med væske.

Årebetændelse i benene

Blodpropper i benene er ikke i sig selv farligt, men de kan kræve måneder med blodfortyndende behandling, og kan på lang sigt gøre det pågældende ben sårbart for betændelse og nye blodpropper. Hvis en blodprop i benet river sig løs og transporteres med blodbanen op til lungekredsløbet, kan der imidlertid opstå en livstruende blodprop i lungen (lungeemboli).

For at forebygge det:

- skal du ud af sengen så hurtigt som muligt
- får du evt. blodfortyndende medicin under indlæggelsen

Blødning i operationssåret

Der kan i meget sjældne tilfælde fremkomme en blodansamling i såret i de første døgn efter operationen. I sådanne tilfælde kan det eventuelt blive nødvendigt at åbne såret og tømme blodansamlingen ud i fuld bedøvelse.

Arvævsdannelse

Der vil altid dannes en smule arvæv i rygmarvskanalen i det område der er opereret. Ved 3-4% af patienterne ses betydelige mængder af arvæv som kan medføre smerter.

Nervebeskadigelse

I forbindelse med operationen kan der ske skader på nerven til stemmebåndene, hvilket bevirker at du bliver hæs. For de flestes vedkommende svinder hæsheden i løbet af 1-2 måneder, men hos ca. 2-3% er hæsheden varig.

I yderst sjældne tilfælde kan der ske en skade på nerven til armen eller en beskadigelse af rygmarven som kan føre til lammelse af både arme og ben. 10 - 15 % får en ny diskusprolaps samme sted.

Sygemelding

Du skal være sygemeldt i ca. 14 dage. Du må foretage dig, hvad du kan, under hensyntagen til evt. symptomer fra nakken, samt aktiviteterens karakter. Dette gælder både for genoptagelse af erhverv, udførelse af dagligdags gøremål (f.eks. indkøb, madlavning og rengøring)

Afbud eller akut opstået sygdom på operationsdagen

Hvis du bliver forhindret i at møde til operationen, bliver syg eller får sår eller rifter, beder vi dig om hurtigst muligt at give os besked på tlf. 3964 1949.

Komplikationer eller spørgsmål?

Opstår der komplikationer eller har du i øvrigt spørgsmål før eller efter operationen, kan du henvende dig til PrivatHospitalet Danmark på info@phdanmark.dk eller 3964 1949.

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

Kontakt os ved

- Voldsomme smerter, der ikke forsvinder ved anvendelse af den anbefalede medicin
- Vedvarende blødning
- Kraftig hævelse og rødme
- Feber over 38 gr.
- Siven fra såret