



Rekonstruktion af forreste korsbånd i knæet

028



Rekonstruktion af det forreste korsbånd i knæet

Knæet indeholder to korsbånd: det forreste og det bageste. De fungerer som stabilisatorer og styrer bevægelserne i knæleddet. De ligger midt i knæet og krydser hinanden fra lårbenet til skinnebenet.

Skade på det forreste korsbånd

Langt de fleste korsbåndsskader involverer det forreste korsbånd, og her er kroppens evne til at hele skaden af sig selv, begrænset.

Genoptræning - med fokus på styrke og balance omkring knæet - kan ofte forbedre funktionen markant og i mange tilfælde være tilstrækkeligt som behandling.

Dog oplever nogle patienter fortsat knæsvigt i hverdagen, selv efter intensiv genoptræning. I disse tilfælde kan en operation være nødvendig for at genskabe stabiliteten.

Ved ønske om at dyrke kontaktsport eller sportsgrene med hurtige retningsskift, anbefaler vi ofte kirurgisk rekonstruktion af korsbåndet.

Forberedelse og operation

Træning før og efter operation

Det er vigtigt at begynde passende træning af knæet både før og efter operationen. Denne træning bør så vidt muligt ske i samarbejde med en fysioterapeut.

Sådan foregår operationen

Ved operationen bruger vi væv fra din egen krop - typisk fra et område med lav risiko for varige mén. Der kan anvendes:

- En sene fra baglåret
- En del af knæskalssenen
- En sene fra den forreste lårmuskel

Din kirurg vil informere dig om, hvilken metode, der vælges.

Det nye korsbånd fastgøres i borede huller i lårbenet og skinnebenet.

Ofte findes der samtidig skader på menisk eller ledbrusk, som kan behandles i samme operation. Hvis dette påvirker din genoptræning, vil du få særskilt information.

Efter operationen

Genoptræning

Det er vigtigt at komme i gang med bevægelsestræning kort tid efter operationen. Hvis menisken også er blevet behandlet, kan der i starten være begrænsninger på, hvor meget du må bøje knæet - men du må altid strække det helt.

Genoptræningen omfatter:

- Bevægelsestræning
- Styrketræning
- Balanceøvelser
- Til sidst: sportsspecifikke øvelser, hvis du ønsker at vende tilbage til sport

Et fuldt genoptræningsforløb varer typisk 9-12 måneder.

Fysioterapi starter som regel 10-14 dage efter operationen.

Hvad kan du forvente?

Det nye korsbånd er svækket i flere måneder efter operationen og skal bruge tid til at vokse fast. Fuld styrke opnås normalt først efter cirka ét år.

Du skal forvente at være sygemeldt i 2-6 uger, og længere hvis du har et fysisk belastende arbejde.

Du må køre bil igen, når du har fuld kontrol over knæet.

Mulige komplikationer

Komplikationer er sjældne, men kan forekomme. Eksempler på risici er:

- Infektion
- Blodprop i benet
- Nerveskader
- Andre sjældne komplikationer

Du vil få mere information om disse risici under samtalen før operationen.

Resultaterne af operation og genoptræning er generelt meget gode. Det er dog vigtigt at vide, at det rekonstruerede korsbånd aldrig bliver helt som det oprindelige.

Udlandsrejse efter operation

Hvis du planlægger rejse til udlandet, anbefaler vi, at du kontakter dit forsikringselskab i god tid.

Vær opmærksom på, at du ikke er dækket af det blå EU-sygesikringskort i de første to måneder efter indlæggelse eller operation - selv ved rejser i EU-lande.

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

Dine rettigheder som patient

Som patient har du ret til selvbestemmelse og integritet. Sundhedsloven beskytter din retssikkerhed, når du bliver behandlet, undersøgt eller plejet i det danske sundhedsvæsen. Dine rettigheder som patient dækker blandt andet informeret samtykke, tavshedspligt, aktindsigt i din journal og retten til at fravælge behandling. Du kan læse mere om dine rettigheder på [Rettigheder som patient | Styrelsen for Patientsikkerhed](#).

Kontakt os

Du er velkommen til at kontakte os, hvis du bliver i tvivl om noget i forhold til din operation.

Mandag-fredag kl. 8.30 til kl. 16.00 tlf.: 3964 1949.

Vagttelefon Mellem kl. 16.00 og kl. 8.30 på tlf.: 2260 2482.

Bemærk, at telefonerne er lukket i weekenden og på helligdage. Hvis du oplever akutte situationer relateret til din operation, benyt vagttelefonen.