Velkommen

Denne vejledning gælder, når du skal opereres i lokal bedøvelse for Medial epicondylit (golf albue) operation hos Sydhavs Privathospital. Du kan også hente en vejledning til general information om kirurgi før- og efter operation i lokal bedøvelse.

Baggrund:

Golfalbue er en betændelsestilstand ved muskelhæftet på indvendig side af albuen. Tilstanden skyldes ofte overbelastning. Behandlingen er i næsten alle tilfælde aflastning, medicin og fysioterapi. I mere end 90 % medfører den rigtige fysioterapi symptomfrihed. I kroniske tilfælde, hvor ovenstående ikke har haft effekt, kan operation forsøges, hvilket har effekt i mere end 80 % af tilfældene.

Forberedelse:

På operationsdagen må der ikke være sår, rifter eller eksem på albuen. Du skal ikke faste. Hjemme skal du vaske albuen i sæbe i ca. 3 min hvorefter du skyller området og tørrer med ren køkkenrulle**.** Vi anbefaler, at du ikke cykler eller selv kører hjem, men bliver hentet eller tager bus/tog. Inden operationen kan du hente smertestillende medicin på apoteket (Vi har lavet recepten klar, hvis du har behov).

Operationen:

Indgrebet foretages i lokalbedøvelse med en indsprøjtning i huden på indersiden af albuen. Det kan gøre ondt at få lagt bedøvelsen, men selve operationen er smertefri. Bedøvelsen varer 2-6 timer. Igennem et ca. 3 cm. snit i huden løsnes og fjernes det kronisk irriteret væv omkring senetilhæftningen. Såret lukkes derefter med nogle få sting, og der anlægges en bandage. Operationen varer ca. 30 minutter. Bedøvelsen varer i ca. 2-4 timer.

Smerte- og efterbehandling:

Den opererede albude skal holdes højt (over hjertehøjde) det første døgn efter operationen for at modvirke hævelse og smerter.

Mod smerte anbefaler vi

- Tablet Panodil 500 mg * 2 hver 6 time sammen med
- Tablet Ibumetin 400 mg * hver 6 time.

Venepumpe-øvelse (knyt hånden og spred fingre gentagne gang) anbefales for at forebygge hævelse.

Stingene skal fjernes hose gen læge efter 12-14 dage. De første 5 uger må du ikke løfte mere end "en liter mælk", men bruge din hånd til lettere gøremål. Herefter må du gradvis øge belastningen af din opererede arm.

Sygemelding omkring 2-5 uger afhængigt af erhverv.

Forbindingen:

Forbindingen fjerner du selv efter 2-3 dage, med mindre du synes den ligger for stramt. Forbindingen må ikke blive våd. Det er vigtigt, at såret holdes rent og tørt. Plasteret skal altid skiftes, hvis det bliver gennemsivet af blod eller er vådt efter brusebad. Du må gerne vaske såret med rindende vand og neutralsæbe. Skyl, tør med køkkenrulle og påsæt plaster.

Risici og komplikationer:

- *Infektion*. Infektion viser sig ofte ved rødme, varme, hævelse, stærke smerter og/eller feber. Der er en lille risiko for betændelse. Kontakt os/egen læge/akut telefonen hvis dette opstår (se nedenfor).
- *Blødning*. Ved blødning oplever man typisk at forbindingen er blødt igennem. Kontakt os/egen læge/akut telefonen hvis dette ikke kan stoppes (se nedenfor).
- *Nerveskade*. I sjældne tilfælde kan en nerve i området overskæres.

Kontakt og praktiske oplysninger

Klinikadresse: Juniorsgade 35, 4990 Sakskøbing

Telefon: 54446050, man-tirs-tors-fredag fra kl 13-14

Akut kontakt: Egen læge i dagtid på hverdage, og ellers 1818