



## Reparation av knäets främre korsligament

Denna anvisning är avsedd för att utskrivas. Anvisningen innehåller ställen som ska fyllas i.

Det främre korsligamentet utgör knäets viktigaste stödstruktur, och då det skadas blir knäet instabilt. Smärta, svullnad och en tendens hos knäet att ge efter kan ses, och ofta krävs en kirurgisk reparation.

### Ingrepp

Ingreppet utförs under ryggbedövning som ett titthålsingrepp. Det skadade ledbandet ersätts med två senor från knävecket vilka fästs med speciella skruvar.

### Konvalescens

För att uppnå optimalt fäste och stabilitet i det nya ledbandet är eftervård och rehabilitering centrala under de första tre månaderna efter operationen. Kryckor kan användas fyra veckor, två veckor så att man avlastar foten med halva tyngden och därefter i den mån smärtan kräver. Knäet får böjas obehindrat. Aktiva rörelser av fotled och tår är viktiga för förhindrande av blodproppar i benet.

### Sårvård

Runt knäet sätts ett stödförband, vilket kan avlägsnas efter ett dygn, och efter det är det tillåtet att blöta ner såret. Om det ej sipprar ut vätska ur såret behövs inget skyddsförband, men idealbinda kan användas ett par dagar som stöd för knäet. Stygnen tas bort efter 10–14 dygn vid er egen hälsocentral, arbetshälsovård eller rådgivning (\_\_\_\_/\_\_\_\_). Efter stygnborttagningen bör såret ej blötas ner på ett dygn, varefter dusch/bastubad åter är tillåtna.

### Smärtbehandling

Smärtmedicinerna används vid ihållande smärta regelbundet 1–4 dygn, därefter vid behov. Muskelrörelse, högläge, kyla samt anti-inflammatorisk smärtmedicin minskar svullnad.

Paracetamol

---

Anti-inflammatorisk värkmedicin

---

Stark värkmedicin

---



Andra mediciner

---

Möjlig efterkontroll till läkare eller fysioterapeut enligt operationsberättelsens plan för fortsatt vård.

Sjukledigheten är 4 veckor.

## Återgång i arbetet

Från specialsjukvården skrivs en fyra veckors sjukfrånvaro efter ingreppet. En remiss till företagshälsovården för arbetsförmågebedömning och stödåtgärder för återgång i arbete görs från specialsjukvården när operationsdatumet fastställs. Din egen företagshälsovård är i kontakt med dig efter ingreppet för planering av arbetsförmågebedömning i förhållande till dina arbetsuppgifter och återgång i arbetet i rätt tid.

## Tag kontakt

Om symptom på inflammation (tilltagande smärta, kraftig svullnad, kraftig lokal hetta eller rodnad samt kontinuerlig vätskeutsöndring) eller annat avvikande förekommer bör man kontakta något av nedanstående nummer.

Den dagkirurgiska enheten vardagar klockan 07.00–15.00, telefon 06 213 1552

Den egna hälsocentralen eller arbetshälsovården

Telefonrådgivning måndagar till torsdagar klockan 15.00–08.00 och fredagar klockan 14.00–08.00 samt dygnet runt under helger och veckoslut, telefon 116 117

Österbottens välfärdsområde • [www.osterbottensvalfard.fi](http://www.osterbottensvalfard.fi) • Växel 06 218 1111

Denna anvisning är ämnad för våra patienter som är i ett vårdförhållande.