



Stockholm
Spine Center

OPERATION AV DISKBRÅCK OCH FÖRTRÄNGNING I HALSRYGGEN

A. Diskbräck och nervrotsförträngning i halsryggen.

Varför utförs operationen?

En operation vara motiverad om man har haft värk och smärta som strålat ner i en arm under en längre tid. Smärtan orsakas tex av ett diskbräck i nacken, som trängt ut mot nerven kan (fig.1) eller av benpålagringar som trycker mot nervroten. Förutom armsmärta, är även nackvärk vanligt förekommande. Nackvärk som enskilt symtom är inte en indikation för operation.

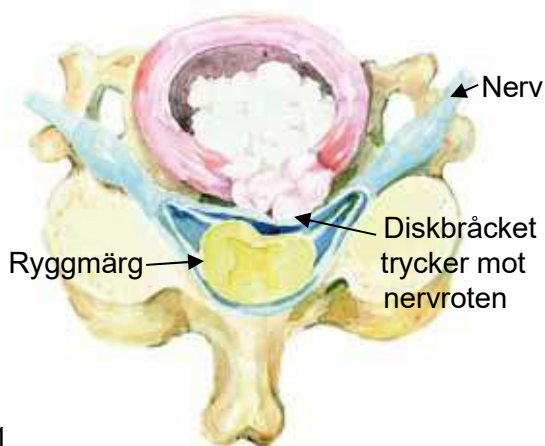


Fig. 1

Hur går operationen till?

Operationen innebär att man går in till kotpelaren antingen framifrån genom halsen eller bakifrån genom nacken. Valet av operationsmetod beror på hur man på bästa sätt kommer åt den klämda nerven. Om man väljer att gå in

framifrån, som är vanligast, görs detta via ett snitt framtill på halsen. Disken tas bort och efter att nerven har frilagts ersätts disken med en "kloss" som fästs med skruvar i kotorna (fig. 2).

Den bakre operationen syftar också till att frilägga de nerver som ligger i kläm. Detta görs via små snitt, utan behov av skruvar eller plattor.



Fig. 2

Hur bra blir jag efter operationen?

Vanligen märker patienten att smärtan i armen har minskat eller helt försvunnit direkt efter operationen.

Det kan dock förekomma att visst obehag kvarstår, i form av förändrad känsel eller minskad kraft, i arm eller hand.

Om man blir stelopererad i en disk blir inskränkningen av rörligheten i halsryggen knappt märkbar.

B. Förträngning av ryggmärgen i halsryggen

Varför utförs operationen?

Om ryggmärgen är klämd (fig. 3) kan det ge varierande symtom, både från armar och från ben. Vanligt är finmotoriska störningar och domningar i armar och händer. Gångrubbingar förekommer också i form av dålig balans och svaghet, men sällan värk eller smärta.



Fig. 3

Hur går operationen till?

Operationen innebär att man tar bort de delarna av kotorna och/eller diskarna som trycker på ryggmärgen. Detta kan ske antingen genom ett främre ingrepp genom halsen eller genom ett bakre ingrepp i nacken. Vilken väg man väljer är beroende av hur många nivåer i halsryggen som är förträngda, samt från vilket håll förträngningen kommer ifrån.

I samband med operationen framifrån görs en steloperation dvs disken tas bort och efter att ryggmärgen och nerver har frilagts ersätts disken med en "kloss". Klossen fixeras med en titanplatta (fig. 4).

Vid ett bakre ingrepp behöver man inte alltid göra en steloperation men om man väljer detta så används två stag eller plattor av titan.



Fig. 4

Hur bra blir jag efter operationen?

Syftet med operationen är i första hand att man inte ska försämrats ytterligare utav sin sjukdom. Många patienter rapporterar dock att de förbättrats efter operationen.

•Följande information gäller för alla typer av operationer i halsryggen

Finns det några risker med operationen?

Det föreligger en liten risk (<0,1%) för en neurologisk försämring antingen genom påverkan av själva nerven eller i extrem-fallet även av ryggmärgen. Skulle en sådan ske så innebär det en känsselförändring, påverkan av muskelkraft i arm eller ibland även bål och ben.

De flesta som opererats framifrån har vissa sväljningsbesvär första tiden efter operationen. Vanligtvis har man inte några problem med att få i sig mat och dryck och besvären brukar försvinna helt efter några veckor.

En nervgren till stämbanden kan påverkas (< 1%), så att man får en heshet under en kortare eller längre tid.

Övriga risker är de som finns vid all form av kirurgi d.v.s. en blödning i operationsområdet (< 1%) eller en infektion (1%). Risken för infektion minskas med antibiotikaprofylax, vilket alla får i samband med operationen.

Hur ska jag förbereda mig inför operationen?

Inför en kommande operation är det viktigt att du är så aktiv som möjligt. Det är vår erfarenhet att det underlättar din rehabilitering efter operationen. Du kan inte förstöra eller förvärpa din rygghälsa genom att vara aktiv. Det förekommer att man får tillfälligt mera ont under och efter aktivitet, låt dock inte detta hindra dig från att vara aktiv. Lämplig träning kan vara stavgång, gå/löpband, cross-trainer, bassängträning, pilates eller motionscykel. Försök att träna minst 3 ggr per vecka efter din förmåga.

Vissa läkemedel behöver du sluta med före operationen. Det gäller framförallt inflammationshämmande läkemedel, exempelvis Voltaren, Diklofenak, Ipren och Treo som kan ge ökad blödning under operationen.

Om du äter blodförtunnande medicin såsom Waran måste detta sättas ut.

Även andra proppförebyggande läkemedel kan behöva sättas ut eller doskorrigeras. Detta ordinerar av narkosläkaren innan operationen.

Du kan fortsätta ta dina övriga smärtstillande som exempelvis Alvedon, Citodon, Tradolan och Oxycontin.

Om du är rökare bör du sluta 6 veckor före operationen eftersom nikotinet har en negativ inverkan på läkningsprocessen av steloperationen.

Vill du ha hjälp med att sluta röka: Kontakta Sluta röka linjen tel. 020-84 00 00 eller via internet www.slutarokalinjen.org.

Se till att ha någon anhörig/vän tillgänglig när du kommer hem.

Vad händer efter operationen och hur länge blir jag sängliggande?

De första timmarna, ibland till nästa morgon, kommer du att ligga på uppvakningsavdelningen. Du ska stiga upp så fort du känner att du klarar det, om inget annat sägs. Ha dock alltid någon personal med de första gångerna.

Du får röra dig fritt med den naturliga begränsningen som sårsmärtan ger men undvika rörelser i alla ytterlägen i halsryggen; vridningar, böjning och sträckning.

Promenader i korridoren ser vi som en del av din träning. Du ska kunna ta dig i och ur sängen själv, klara toalettbesök och påklädning, innan hemgång.

Har jag ont efter operationen?

Man brukar inte ha så ont efter operationen, men viss sårsmärta kan du känna av i början. Det är också ganska vanligt med värk i nacke och axlar, som oftast släpper på ett par dagar.

Du får smärtstillande, både intravenöst och tabletter, efter behov.

Även efter utskrivningen kommer du att ha en viss smärta i halsryggen, det är naturligt eftersom du har ett sår som ska läka. Det är inte farligt att det gör ont när du rör dig och tränar.

Du kommer att få recept på smärtstillande läkemedel innan hemgång. Det är viktigt att du sedan minskar intaget av värktabletter allt eftersom smärtan avtar, för att sedan sluta helt.

Hur lång är vårdtiden?

När du kan vara uppe utan stöd och klarar smärtan med hjälp av värktabletter kan du åka hem, vanligtvis är detta 1-2 dagar efter operationen.

Hur sker hemtransporten vid utskrivningen?

Hemresa kan ske med vanlig bil, men du får inte köra själv. Om du kommer från annat landsting måste du planera för din hemresa själv innan du läggs in.

Hur ska såret skötas?

Såret inspekteras och förbandet byts vid behov innan du åker hem. Förbandet är täckt med en vattenavvisande film, så du kan duscha som vanligt så länge förbandet är helt och tätt. Om det kommer in vatten under plastfilmen, måste förbandet bytas. Förbandet ska om möjligt sitta orört i 2 veckor och kan därefter avlägsnas i hemmet.

I de flesta fall är såret sytt med stygn som löser upp sig själva. Om så inte är fallet kommer du att få information och en lapp som du tar med till distriktssköterskan för borttagning av stygnen.

Hur länge behöver jag vara sjukskriven?

Det beror på hur omfattande operationen varit och vilket arbete du har, vanligtvis 4-6 veckor.

Behöver jag komma på återbesök?

Du kommer att kallas för telefonuppföljning alternativt återbesök om 3-4 månader, då görs eventuellt även en röntgenundersökning.

Om du känner av tecken på infektion såsom feber och sänkt allmäntillstånd, vätskande och svullet sår vill vi att du kontaktar oss.

Vad innebär rehabiliteringen efter operationen?

Sjukgymnasten på avdelningen kommer att ge dig information om träning och rehabilitering. Du kommer att få ett program att trappa upp din träning efter, samt kontaktuppgifter till vår sjukgymnast om du behöver ytterligare råd i din rehabilitering.

Vi rekommenderar också att du tränar någon form av avspänning då det är vanligt med att ha haft långvarig spänningsproblematik i nacke och skuldror innan operationen.

Finns det saker jag inte får göra när jag kommit hem?

Du får röra dig fritt men undvik rörelser i alla ytterlägen i halsryggen; vridningar, böjning och sträckning de första 6 veckorna.

Du bör undvika tungt arbete och tunga lyft (över 5kg) denna tid, då muskler i nacke och skuldror är känsliga för belastning efter en operation. Det är inte farligt men kan ge onödigt med besvär.

Rökning och inflammationshämmande läkemedel (såsom Diklofenak, Voltaren och Ipren) inverkar negativt på läkningsprocessen efter en steloperation. Läkningen beräknas ta 6-12 månader. På grund av detta är det direkt olämpligt att vare sig röka eller ta inflammationshämmande läkemedel under denna period.

Vi avråder från att köra bil under de första 6 veckorna då detta lätt utsätter nacken för pressande ytterlägen, men du får givetvis sitta med som passagerare.

Behöver jag hjälpmedel hemma?

Nej vanligtvis behövs inga hjälpmedel efter en nackoperation.

Vart vänder jag mig om jag har frågor efter hemkomst?

Har du frågor om din operation, smärtlindring, fysioterapi, sjukskrivning eller recept

Ring våra sekreterare, som hjälper dig vidare

Tel nr: 08-50 90 27 00 välj ryggmott menyval 1 och därefter mottagningen menyval 1 igen.

Telefontid: måndag-torsdag 8:00 -11.30 och 13:00 -14:00
samt fredag 8-11.30.

Har du frågor om operationssåret, ring mottagningen

Tel nr: 08-50 90 27 04

Telefontid: måndag och onsdag kl. 09:00 - 11:00

tisdag och torsdag kl 13:00 - 14:30

fredag kl 09:00 - 10:30

Övrig tid: tel. 08-50 90 27 00, välj menyval 1

Vid övriga frågor kan du ringa vårdavdelningen

Tel nr 08-50 90 27 60

Kontaktinformation

Telefon:

Stockholm Spine Center, vx	08-5090 27 00
Mottagning och operationskoordinator	08-5090 27 04
Vårdavdelning	08-5090 27 60
Uppvakningsavdelning	08-5090 27 62

Adress:

Stockholm Spine Center
Löwenströmska Sjukhuset
S- 194 89 Upplands Väsby

Mer information finns på www.stockholm.spinecenter.se

Kontaktuppgifter efter hemgång:
se föregående sida