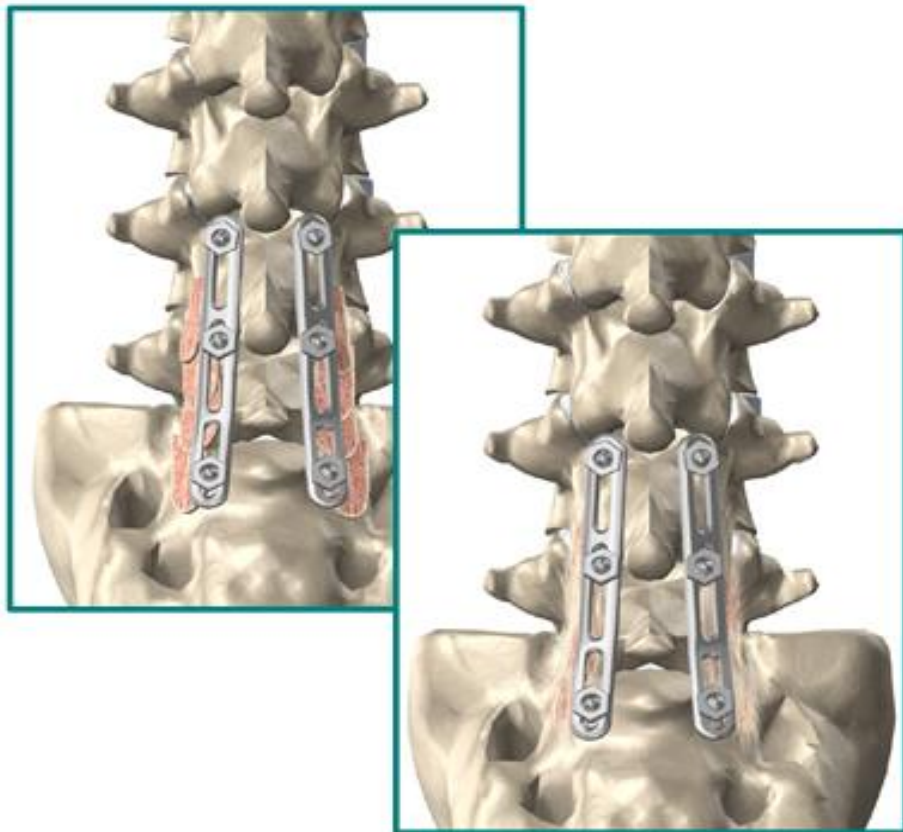
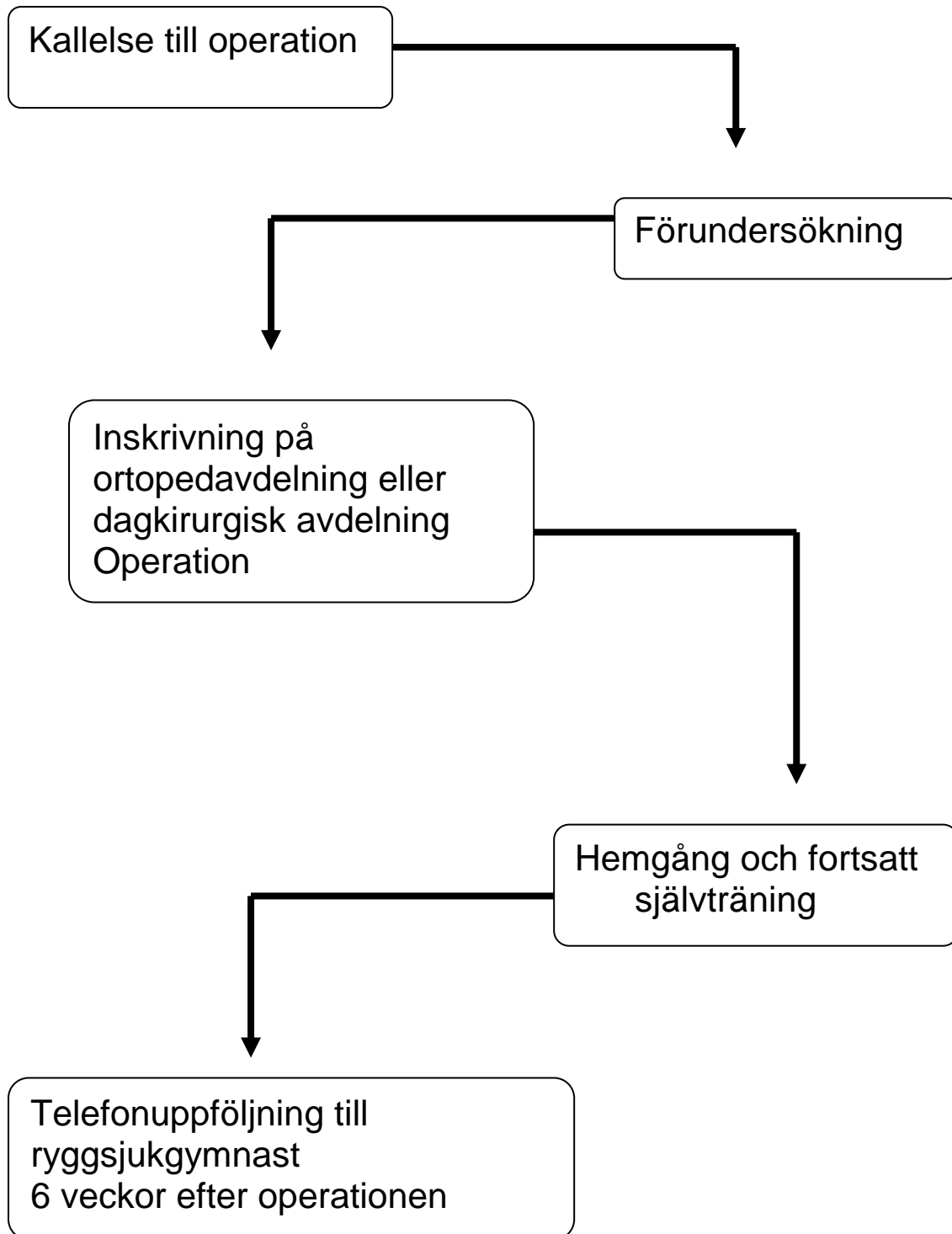


Till dig som skall stelopereras i ryggen



Så här går det till:



Informationshäftet är framtaget i samarbete med Spine Center Göteborg.

Varför utförs steloperation i ländryggen?

Operationen utförs framför allt för att minska smärta i ryggen som man har anledning att tro kommer från kotlederna (två kotor ledar mot varandra med tre leder: disken framtill och två facettleder baktill utgör tillsammans ett så kallat rörelsesegment).

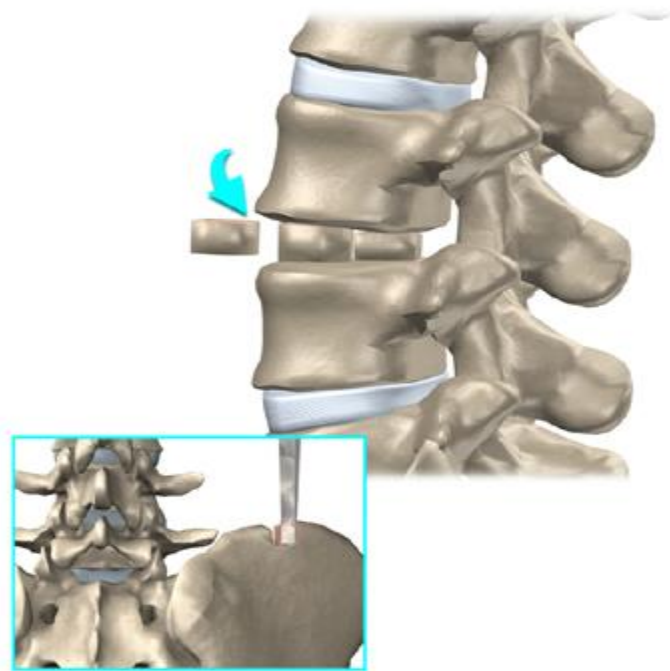
Ingreppet innebär en bentransplantation mellan två eller flera kotor, så att de växer ihop, och rörligheten mellan dem upphävs.

Det finns olika typer av steloperation (fusionsoperation):

Icke-instrumenterad med endast bentransplantat (Fig.1 och 2) samt *instrumenterad* där kotorna även fixeras med skruvar och metallslag (Fig. 3).

Bentransplantaten läggs antingen mellan kotkropparna (främre steloperation, Fig. 1) eller baktill (bakre steloperation, Fig. 2 och 3). Valet av operationsteknik beror bland annat på vilken ryggåkomma du har.

Fig. 1 *Icke-instrumenterad främre steloperation:*
(Denna metod är ovanlig idag om man inte
kombinerar den med en bakre instrumentering) (se
Fig. 3)



Ben tas från bäckenkammen

Fig. 2 *Icke-instrumenterad bakre steloperation:*
(Denna metod är vanlig idag)

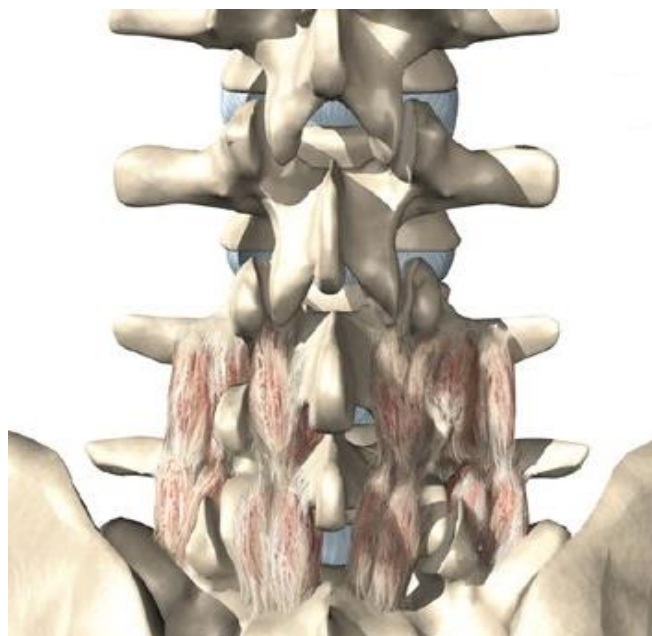


Fig. 3 Instrumenterad bakre steloperation:

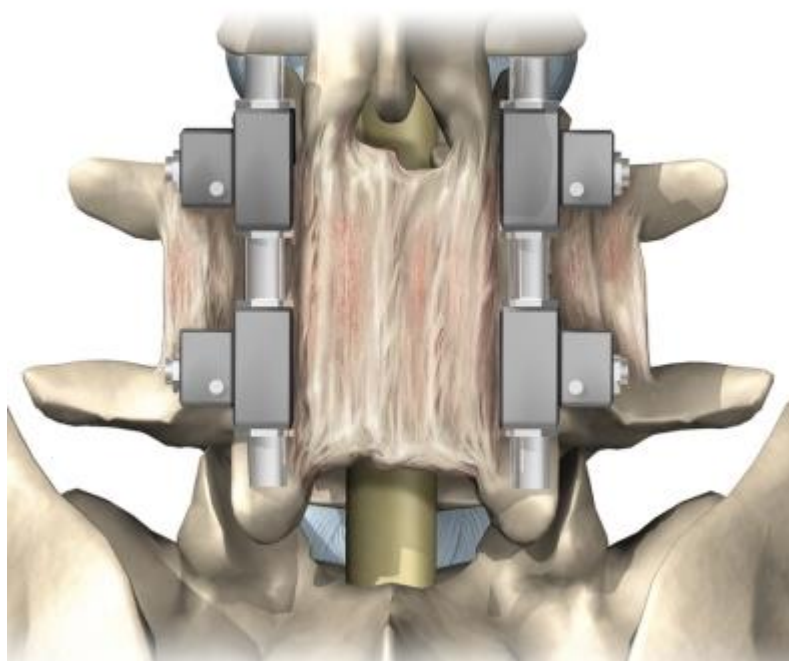


Fig. 2 och Fig. 3 visar de idag vanligast utförda ingreppen vid Falu lasarett

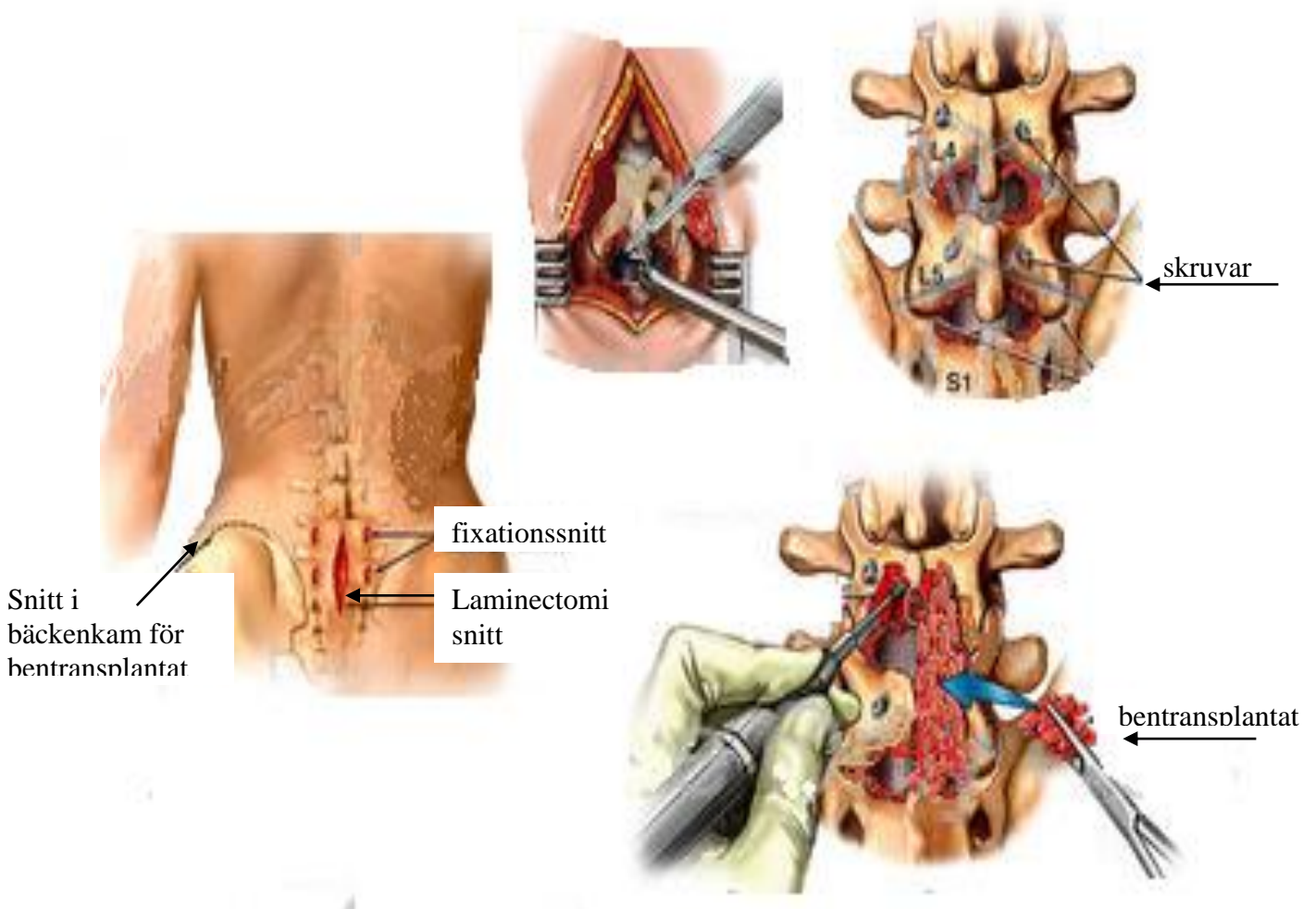
Operation

Innan operationen blir du inskriven på ortopedavdelningen och blir omhändertagen av personalen där. Du får också träffa narkosläkare.

Själva operationen sker i narkos, och tar vanligen mellan en och en halv timme till ibland över tre timmar.

Du ligger på mage under ingreppet, och operatören kommer åt kotorna via ett snitt i längdriktningen över din ryggrad. Efter att ha preparerat kotorna, tas ben från din bäckenvinge och läggs över kotorna som skall ställäggas (fusioneras). I vissa fall kan man behöva låsa kotorna mot varandra genom att använda skruvar och stag.

Schematisk bild över hur operationen går till:



Efter operationen

Efter operationen får du vanligen gå, stå och sitta direkt, men de första dagarna upplever de flesta sårsmärta som kan behöva lindras med kraftiga doser smärtstillande. De första dagarna brukar vara värst, men det är viktigt att veta att värken inte innebär ett förbud mot att vara uppe. Tvärtom är det, om inte läkaren av olika skäl ordinerar annorlunda, bra att du kommer upp så snart som möjligt. Detta motverkar olika komplikationer. Efter de första dagarna kan smärtmedicinen minskas och sprutor behövs vanligen inte mer är högst två-tre dagar.

Trampa kraftigt med fötterna ofta, också när du ligger i sängen. Då medverkar du till att förhindra blodpropp i benen.

Du kommer att få hjälp av fysioterapeuten att prova ut en bra uppresningsteknik som hjälper dig att ta dig i och ur sängen på bästa sätt. Du får instruktioner avseende enklare stabilitetsträningsprogram för att behålla och gärna förbättra koordinationen och styrka i ben- och bålmuskulatur. Detta träningsprogram utför du sedan hemma fram till telefonuppföljningen hos fysioterapeuten på ortopedien.

Om du har blivit ordinerad en korsett skall den användas så ofta som möjligt när du är uppe och rör på dig. Du får och ska vara uppe och gå så mycket du orkar. De första dagarna kan du använda ett gåbord om du behöver. Däremot bör du inte använda kryckkäppar.

Utskrivning från avdelningen och hemgång efter operationen varierar vanligen mellan tre och fem dagar. Någon enstaka gång kan längre vårdtid bli nödvändig.

Resultat

Värken i ryggen försvinner vanligen inte direkt efter operationen. Det kan bero på att sårsmärta adderas till din "vanliga värk" som kan hålla i sig ett tag. Allteftersom dagarna och veckorna går, märker de flesta att den gamla värken är förändrad och att den till slut kan var så lindrad att det går att klara sig bra utan värkmedicin, och att det går bra att vara uppe och gå och också att arbeta. Har du haft ont ner i skinka och/eller ben kan den värken också oftast ge med sig. Värk i ryggen beroende på andra saker än ledvärk, det vill säga från muskler och senor, kan långsamt också ge med sig i och med att du kan röra dig på ett annat sätt efter operationen.

Risker för komplikation

Det finns en liten risk för att en nerv, som ibland försiktigt måste knuffas åt sidan när en steloperation utförs där ben läggs in mellan kotorna, kläms under ingreppet. Detta kan någon gång ge upphov till känselstörning eller värk i benet längs det område som nerven försörjer. Ännu mer sällsynt är en kraftnedsättning i de muskler som nerven försörjer.

Efter alla operativa ingrepp finns också en viss risk för infektion, något som vi försöker motverka genom att ge antibiotika (penicillin eller liknande) under din operation. Risken att drabbas av någon komplikation är några procent.

Utskrivning från avdelningen

Vid utskrivningen får du vid behov recept smärtlindrande medicin att ta den första tiden.

Du får åka hem halvliggande i bil om din hemfärd tar cirka 30 minuter och liggande om du har längre restid.

Sjukskrivningstiden beror på hur länge du har varit sjukskriven före operationen och vilken typ av arbete du har, 1-6 månader är vanligt.

Hudsåret är läkt efter 2 veckor. Invändigt tar det längre tid varför en viss ömhet kan kvarstå. Benläkning kan ta mellan tre och nio månader, men det brukar bli mekaniskt stelt snabbare än så.

Styggen tas efter cirka 14 dagar av distriktssköterska på hemorten. Såret är täckt med ett vattenavvisande förband så du kan duscha som vanligt. Om det kommer vatten under förbandet måste det bytas annars ska förbandet sitta orört och avlägsnas i samband med att styggen tas bort.

Telefonuppföljning till ortopedkliniken på Falu lasarett sker till vår fysioterapeut 6 veckor efter operationen för kontroll och utökad träning. Finns det anledning att kontakta läkare gör sjukgymnasten, som ingår i det rygckirurgiska teamet, det direkt.

Efter vanligen tre – fem månader får du vanligen ett återbesök till opererande läkare, då också en röntgenundersökning utförs för att kontrollera läkningsförloppet.

Att tänka på i början

- Du får och skall gå så mycket du kan. Utöka gångsträckan successivt. Promenader på 20-60 minuter klarar de flesta den första veckan.
- Du får sitta men bör hålla ryggen rak och undvika att sitta för lågt och länge som t.ex. vid bilkörning. Utöka tiden allt eftersom du känner att du kan.
- Du ska undvika häftiga kroppsrörelser, kraftiga böjningar och ryggvridningar, liksom tunga lyft (typ drickback). Du kan bära matkasse (4-5 kg) men bär hälften i vardera handen.
- Var så aktiv som möjligt!
Tyngre träning bör man vänta med.
- Det har visat sig i flera fall att man mår bättre om man tränar regelbundet efter kirurgi. Kvarstår en del ryggbesvär får man anpassa sina aktiviteter efter detta.

**Om du har några frågor angående din steloperation
är du välkommen att höra av dig till:**

Fysioterapin Falu Lasarett
Tfn: 023-490895

Ortopedmottagningen, Falu lasarett
Tfn: 023-492640