



## Gerviliður í öxl

Algengustu ástæður fyrir skurðaðgerð, þar sem skipt er um axlarlið, eru verkir vegna slits á liðnum, liðagigtar eða alvarlegra beinbrota á axlarkúlu. Í aðgerð eru slitnir liðfletir fjarlægðir og gerviliður festur með eða án beinsements. Aðgerðin er gerð í svæfingu.

### Undirbúningur fyrir aðgerð

#### Næring

Gott næringarástand flýtir fyrir bata og getur minnkað líkur á fylgikvillum aðgerðar. Helsta byggingarefni líkamans er prótein sem finnst meðal annars í kjöti, fiski og sumum mjólkurvörum. Vítamín og steinefni sem flýta gróanda finnast í ávöxtum og grænmeti. Gott er að drekka próteindrykki og aðra orkuríka næringadrykki dagana fyrir aðgerð.

#### Tóbaksnotkun

Reykingar, nef- og munntóbaksnotkun hafa áhrif á bata eftir skurðaðgerð og geta seinkað því að sár grói og aukið hættu á fylgikvillum aðgerðar. Því er mikilvægt að hætta tóbaksnotkun 6-8 vikum fyrir aðgerð og vera tóbakslaus í að lágmarki tvær vikur eftir aðgerð. Þeir sem nota tóbak eru hvattir til að hætta og geta fengið aðstoð hjúkrunarfræðings og eftirfylgni í 12 mánuði eftir aðgerð hjá: „Ráðgjöf í reykbindindi“. Starfsmaður spítalans hefur þá samband við ráðgjafarþjónustuna en eins má hringja í gjaldfrjálsa símanúmerið 800 6030. Einnig er bent bent á [www.reyklaus.is](http://www.reyklaus.is).

#### Blóðþynningarlyf

Hætta þarf töku blóðþynningarlyfja fyrir aðgerð samkvæmt ráðleggingum læknis.

**Undirbúningur fyrir aðgerð gerir heimkomuna léttari. Gott er að huga að eftirfarandi atriðum:**

- Að góð handrið séu við allar tröppur og að lýsing sé góð bæði innan og utandyra.
- Fjarlægja lausar gólmottur og snúrur úr gangvegi og hafa þá hluti sem oftast eru notaðir í seilingarhæð.
- Gott er að hafa rennilak í rúmi, stama mottu í sturtubotni og eiga langt skóhorn.
- Meta þörf á handföngum við sturtu, baðkar og salerni.
- Ef aðstæður heima fyrir eru þannig að þörf er á aðstoð eftir útskrift, þarf að huga að því fyrir innlögn og gera viðeigandi ráðstafanir í tíma.

**Innskrift**

Þegar aðgerðardagur nálgast er sjúklingur boðaður í innskrift á göngudeild skurðlækninga B3 á 3. hæð Landspítala í Fossvogi. Hafa þarf með öll lyf sem tekin eru daglega eða lyfjakort. Þetta er ekki innlagnardagur og því er óþarfi að mæta fastandi.

15 – 20 mínútur fyrir boðaðan tíma í innskrift þarf að mæta í blóðsýnatöku á deild E1 á 1. hæð Landspítala í Fossvogi.

Á göngudeild fer fram viðtal við deildarlækni bæklunardeildar, deildarlækni svæfingar, hjúkrunarfræðing og sjúkrapjálfa. Spurt verður um heilsufar, gerð læknisskoðun og fræðsla veitt um undirbúning fyrir aðgerðina og ferlið eftir aðgerð. Mikilvægt er að láta vita um ofnæmi fyrir lyfjum eða öðru. Tekin er röntgenmynd og hjartalínurit ef þörf er á. Gera þarf ráð fyrir að innskriftin taki 3–4 klukkustundir og fyrir hana þarf að greiða.

## Kvöldið fyrir aðgerð

### Fasta

Nauðsynlegt er að fasta fyrir aðgerð til að minnka hættu á fylgikvillum í tengslum við svæfingu. Löng fasta er þó ekki góð fyrir líkamann og fólki líður betur eftir aðgerð ef eftirfarandi leiðbeiningum er fylgt:

- Fá sér aukabita eða drykk áður en lagst er til svefnis kvöldið fyrir aðgerð.
- Ekki má borða mat síðustu 6 klst. fyrir komu á spítalann.
- Óhætt er að drekka tæra drykki (1-2 glös í senn) þar til 2 klst. eru í komu á spítalann. Tær drykkur er t.d. vatn, tær ávaxtasafi og mjólkurlaust kaffi og te.
- Þegar á spítalann er komið veitir starfsfólk upplýsingar um hvort og hve lengi megi drekka fram að aðgerð.
- Ekki má nota tóbak síðustu 2 klst. fyrir komu á spítalann.

### Blóðþynningarlyf

Í sumum tilfellum er gefið blóðþynningarlyf með sprautu undir húð kvöldið fyrir aðgerð til að minnka hættu á blóðtappa. Margir kjósa að gefa sér sprautuna sjálfir og fá leiðbeiningar þegar sprautan er afhent.

### Sturta með sóttþreinsandi sápu

Nauðsynlegt er að fara í sturtu heima kvöldið fyrir aðgerð og nota sérstaka sóttþreinsandi sápu sem er afhent við innskrift. Ekki má nota svitalyktareyði, krem, fõrðunarvörur, naglalakk, ilmefni eða skartgripni eftir sturtuna og klæðast þarf hreinum fötum.

### Annar undirbúningur

Við innlögn á deild er gott að hafa með sér snyrtivörur, tannbursta, góða innískó, þægileg fõt og afþreyingarefni.

## Aðgerðardagur

### Mæta á dagdeild A5 á Landspítala í Fossvogi að morgni aðgerðardags.

Á deildinni er farið í aðra sturtu með sóttreinsandi sápu og lyfjaforgjöf í töfluformi er gefin skömmu fyrir aðgerð. Óvæntar aðstæður geta valdið því að aðgerðartími breytist. Til að tryggja öryggi er endurtekið spurt um mikilvæg atriði svo sem nafn, kennitölu, ofnæmi, föstu og tegund aðgerðar. Þegar komið er á skurðstofu fer fram frekari undirbúningur fyrir aðgerðina. Aðgerðin er gerð í svæfingu og tekur 2,5-3 klukkustundir.

Eftir aðgerð tekur við dvöl á vöknunardeild en þar er fylgst með líðan fyrstu klukkustundirnar eftir aðgerð áður en sjúklingur er fluttur á bæklunarskurðeild. Heimsóknir eru ekki leyfðar á vöknunardeild en nánasta aðstandanda er velkomið að hringja. Gott er að einn fjölskyldumeðlimur sé tengiliður við sjúkrahúsið. Heimsóknartímar á bæklunarskurðeild eru kl. 15-17 og 19-20. Nánnum aðstandendum er þó heimilt að koma á öðrum tíma í samráði við hjúkrunarfræðing. Athugið að ekki er heimilt að koma með blóm á deildina. Nota má farsíma en stilla þarf á hljóðlausu hringingu.

### Verkir

Verkir eru óhjákvæmilegir eftir þessa aðgerð en mikilvægt er að halda þeim í skefjum eins og kostur er því miklir verkir geta seinkað bata og auka áhættu á fylgikvillum. Verkjalyf eru gefin á föstum tímum og í samráði við sjúkling. Sjúklingur metur styrk verkja samkvæmt verkjavarða þar sem 0 þýðir enginn verkur og 10 gríðarlegir verkir eða verstu hugsanlegu verkir. Ef styrkur verkja er 4 eða meiri á að láta hjúkrunarfræðing vita og eru þá gefin lyf eftir þörfum. Markmið er að vera vel verkjastilltur, geta hreyft sig með góðu móti og andað djúpt.

<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
Engir verkir		Vægir verkir		Miðlungs verkir		Miklir verkir				Gríðarlegir verkir

### Hreyfing og öndun

Hreyfing er mikilvæg eftir aðgerð til að flýta fyrir bata. Súrefni er gefið fyrsta sólarhringinn eftir aðgerð. Sjúkraþjálfun byrjar strax að kvöldi aðgerðardags. Fara má fram úr rúmi fljótlega eftir aðgerð en mikilvægt er að hafa einhvern hjá sér í fyrsta skipti vegna hættu á svima og fylgja leiðbeiningum sjúkraþjálfara um hreyfingu. Sjúkraþjálfun felst í:

- Öndunar og blóðrásarörvandi æfingum
- Liðkandi æfingum fyrir olnboga, úlnlið og fingur
- Færniþjálfun (fara fram úr og upp í rúm, standa upp og setjast)

Vegna aðgerðarinnar eru mjúkvafir í kring um öxlina veikari til að byrja með og öxlin þarf að vera í kyrrstöðu fyrst eftir aðgerð. Nota má fatla en mikilvægt er að hreyfa úlnlið og olnboga reglulega til þess að þeir liðir stíðni ekki. Gott er að hafa grisju í handarkrika vegna svítamyndunar svo húðin haldist þurr.

### Skurðsár

Skurðsári er lokað með saumum og þrýstingsumbúðir settar yfir. Hjúkrunarfræðingur fylgist með skurðsári og skiptir á umbúðum eftir þörfum.

### Næring

Sjúklingur má borða strax og hann treystir sér til. Vökvi er gefinn í æð þar til sjúklingur er farinn að geta drukkð nægilega.

### Svefn og hvíld

Svefn og hvíld eru mikilvægir þættir í bata. Ekki er óeðlilegt að svefnmynstur breytist, sérstaklega fyrstu dagana eftir aðgerð. Verkir, skert hreyfigeta og umhverfisþættir geta haft áhrif á svefn og mikilvægt er að láta vita ef illa gengur að sofa svo hægt sé að bregðast við því. Hvíldartími er á deild klukkan 13-14 og eru sjúklingar hvattir til að nýta sér hann.

### Sýklalyf

Sýklalyf er gefið í æð í fyrirbyggjandi tilgangi.

### Röntgenmynd

Röntgenmynd er tekin af öxl daginn eftir aðgerð.

## Útskrift

Útskrift er áætluð 1-2 dögum eftir aðgerð. Ef hætt var á föstum blóðþynningarlyfjum fyrir aðgerð þarf að hafa samráð við deildarlækni bæklunarskurðeildar um hvenær má hefja töku þeirra aftur.

#### Fyrir útskrift þarf að vera búið að fá:

- Útskriftarfræðslu þar sem farið er yfir helstu atriði í meðferð næstu vikurnar. Mælst er til þess að aðstandandi sé viðstaddur
- Rafrænan lyfseðil
- Endurkomutíma hjá lækni

## Kostnaður

Ekki þarf að greiða fyrir sjálfa aðgerðina eða legu á deild. Greiða þarf fyrir rannsóknir í innskriftarviðtali og lyf sem læknir ávísar við útskrift.

## Símanúmer

Innskriftarmiðstöð B3	543 2060
Dagdeild A5, opin virka daga frá klukkan 7-22	543 7570
Bæklunarskurðeild B5	543 7470
Heila-, tauga- og bæklunarskurðeild B6	543 7601
Endurkomudeild G3	543 2040
Skiptiborð - sólarhringsþjónusta	543 1000

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja ef spurningar vakna. Lög um réttindi sjúklinga má finna á vef Landæknisembættisins: [www.landlaeknir.is/rettindisjuklinga](http://www.landlaeknir.is/rettindisjuklinga)

---

Vinsamlegast athugið að sjúkrahúsið getur ekki borið ábyrgð á peningum eða öðrum verðmætum svo sem sínum, tölvum o.fl. sem sjúklingar eða aðstandendur hafa meðferðis.

Athygli er vakin á því að starfsfólk og nemendur sjúkrahússins eru bundin þagnarskyldu og mega því ekki ræða um málefni sjúklinga á deildinni. Við viljum vinsamlegast biðja þig og aðstandendur þína að ræða ekki það sem þið kunið að verða vitni að eða heyra um aðra sjúklinga.

Landspítali er kennslspítali og nemendur í heilbrigðisfræðum og tengdum greinum stunda hluta af námi sínu á spítalanum. Nemendur fylgjast með og taka þátt í daglegri meðferð sjúklinga og eru alltaf á ábyrgð og undir handleiðslu leiðbeinenda sinna.

---