

Frossen skulder

Patientvejledning



NORDENS  PRIVATHOSPITAL

Patientvejledning
Gyldig til: 01.01.2027

Frossen skulder

Årsag til frossen skulder

Frossen skulder (adhæsiv kapsulitis) er en tilstand, hvor skulderleddets kapsel bliver fortykket og stram. Dette medfører smerter og nedsat bevægelighed i skulderen. Tilstanden kan opstå spontant, efter en skade eller efter en operation.

Frossen skulder ses hyppigst hos personer mellem 40 og 60 år og forekommer oftere hos kvinder end hos mænd. Personer med diabetes eller stofskiftesygdom har en øget risiko for at udvikle tilstanden.

Typiske symptomer er:

- Smerter i skulderen, ofte også om natten
- Tiltagende stivhed i skulderen
- Nedsat bevægelighed og funktion

Behandling af frossen skulder:

Diagnosen stilles ved en klinisk undersøgelse og eventuelt supplerende billeddiagnostik såsom ultralydsscanning eller MR-scanning.

De fleste patienter behandles uden operation. Behandlingen kan bestå af:

- Smertestillende medicin
- Blokade med binyrebarkhormon
- Tilpasning af aktiviteter
- Fysioterapi, når smerterne tillader det

Hvis smerter og stivhed fortsætter trods konservativ behandling, kan operation komme på tale.

Forventninger og forberedelse til operation:

Formålet med operationen er at forbedre skulderens bevægelighed og reducere smerterne. Der ses gode resultater hos størstedelen af patienterne, men genoptræning er afgørende for det endelige resultat. Det kan tage op til 6 måneder at vurdere den fulde effekt af operationen.

Faste:

Operation for frossen skulder foregår i fuld narkose evt. suppleret med blokade. Det betyder du skal faste – du må ikke spise/drikke 6 timer før operationen. Læs mere om fasteregler i vores patientvejledning "Generel information inden operation".

Medicin:

På operationsdagen må du ikke tage din vanlige medicin, medmindre andet er aftalt med kirurgen eller narkoselægen. Du bedes medbringe al din medicin i originalemballagen, så vi kan dosere den ved behov.

Rygning:

For at opnå bedst mulig heling efter operationen anbefaler vi, at du ikke ryger i minimum 4 uger før og 4 uger efter operationen.

Sygdom:

Hvis du er syg, beder vi dig kontakte os mhp. at finde en ny dato for operation. Det er vigtigt dit immunforsvar ikke er påvirket af virus/betændelse inden en planlagt operation.

På dagen:

Tag gerne et bad på dagen eller aftenen inden din operation og mød op i behageligt og praktisk tøj til hjemturen.

Operation:

Operationen udføres som en kikkertoperation (artroskopi) i fuld bedøvelse.

Under operationen gennemgås skulderleddet, og den stramme ledkapsel løsnes. Eventuelle sammenvoksninger fjernes, og skulderen bevæges igennem for at genskabe bevægeligheden.

Der sættes små plastre over indstikssårene, og du får en armslynge med hjem til aflastning efter behov.

Når operationen er overstået, kommer du på vores opvågningsafsnit. Her kan du få lidt mad og drikke, inden du er klar til at tage hjem.

Efter operationen:

Du er klar til at tage hjem samme dag, få timer efter operationen er overstået. Du må ikke selv køre hjem, og vi anbefaler at du ikke er alene det første døgn efter operationen.

Speciallægen ordinerer smertestillende medicin, som du skal tage i forløbet efter operationen. Der lægges en recept ud, så du kan hente medicinen på ethvert apotek.

Hjemme igen:

Det er vigtigt, at du hurtigt kommer i gang med at bevæge skulderen efter operationen for at bevare den opnåede bevægelighed. Du bliver instrueret i øvelser og henvises til fysioterapi.

Du må bruge armen til almindelige daglige aktiviteter inden for smertegrænsen.

Plaster kan fjernes efter 24 timer, og herefter må du gerne tage brusebad. Undgå karbad, indtil sårene er helet.

Sting fjernes hos egen læge efter 10-12 dage.

Sygemeldingens længde afhænger af dit arbejde. Ved kontorarbejde kan der ofte forventes 2-3 ugers sygemelding, mens fysisk krævende arbejde kan kræve op til 2-3 måneder.

Kontrol:

Vi planlægger ikke kontrol, men hvis du har vedvarende gener efter operationen, vil vi gerne se dig.

Komplikationer:

Der vil altid være en lille risiko for komplikationer til en operation, herunder meget lille risiko for infektion i såret. Der kan danne sig nyt arvæv i skulderen, som kan medføre stivhed og fornyede smerter.

Du er altid velkommen til at kontakte os før/efter din undersøgelse/behandling, hvis du har spørgsmål til forløbet. Vores dygtige personale er klar til at hjælpe dig.

NORDENS PRIVATHOSPITAL

Gasværksvej 4, 2. sal
9000 Aalborg

Enghavevej 30, 1. sal
7100 Vejle

Telefon: 69177171

Mail: mail@nordensph.dk

Web: www.nordensprivathospital.dk