

## Artroskopi (titthålsoperation) i fotleden

### Fotleden

Fotleden är en så kallad gångjärnsled där skenbenet och vadbenet ledar mot språngbenet. Leden stabiliseras av ledband på in- och utsidan samt av ledkapsel.

### Inför operationen

Om du äter blodförtunnande eller inflammationsdämpande tabletter ska du göra uppehåll med dessa 7 dagar före operationen. (Dessa läkemedel påverkar nämligen blodets levringsförmåga. Exempel på sådana läkemedel är Voltaren, Orudis, Magnecyl, Diklofenak, Ipren och Ibumetin. Trombyl, Plavix och Waran skall sättas ut enligt särskild ordination i samråd med den läkare som sköter medicineringen. Under denna tid får du inte heller ta några naturläkemedel. Blodtrycks- och hjärtmediciner skall dock tas som vanligt.

För att förebygga infektioner i samband med operationen skall du duscha och tvätta håret med Descutan, en bakteriedödande tvål. Denna tvålsvamp köper du på Apoteket. Du skall tvätta hela kroppen noggrant med Descutan två gånger dagen före operationen. Håret behöver bara tvättas ena gången. En sista tvätt med Descutan gör du hemma på operationsdagens morgon. Du får inte använda hårbalsam eller hudlotion efter tvättningarna.

Du bör skaffa kryckor, då detta underlättar att gå efter operationen. Detta kan du göra genom sjukgymnast på hemorten. Sjukgymnasten kan också visa dig hur du ska göra när du går med kryckorna. Det går också bra att köpa kryckor här på Movement för 70 kr/st. Du skall också boka tid för besök hos sjukgymnasten några dagar efter operationen. Den träning som du får hjälp med där efter operationen är viktig för att du skall uppnå bästa möjliga funktion i din fotled.

### Operationen

Operationen sker i lokalbedövning eller under sövning.

Fotleden kommer att undersökas med ett artroskop som förs in i fotleden genom ett litet snitt (0,5 cm långt) i skinnet. Artroskopet är rörformat och cirka 5 mm i diameter. Artroskopet är i sin tur kopplat till en kamera och vi kan se insidan av fotleden på en videoskärm.

Med hjälp av artroskopet kan man se många av fotledens inre strukturer; den inre ledkapseln, ledytorna (broskytorna) samt eventuell förekomst av fria broskbitar. Dessutom kan man inspektera fotledens ledyta och glidfunktion. Det går även att ställa diagnos samt i vissa fall utföra en operation, till exempel ta bort en bit av skadat brosk eller inflammerad vävnad. Även lösa benbitar kan plockas bort.

Under operationen fylls fotleden med vatten för att man skall se bättre. Detta kan medföra att fotleden känns svullen och stel efter operationen.

## Efter operationen

De små stickhål i huden sys med nylontråd som du skall ta bort hos distriktssköterska efter 2 veckor. Det inre förbandet får inte tas av men den yttre lindan kan plockas bort efter några dagar. Vid hemresan får du inte själv köra bil. Fotleden är ofta svullen under de första dygnet efter operationen. Svullnaden kan ge värk, som ibland kräver smärtstillande medicin.

I regel känns fotleden normal efter några dagar till någon vecka. Alla som genomgår en titthålsoperation skall träna hos sjukgymnast efteråt. Man får räkna med att stanna hemma från arbetet 1 till 7 dagar beroende på arbetets art samt vilken åtgärd som vidtogs under operationen.

Efter operationen får man med sig remiss till sjukgymnast och till distriktssjuksköterska. På remissen till distriktssjuksköterskan får du information om huruvida såret skall kontrolleras och läggas om.

Vid hemresan efter operationen får du inte köra bil.