Kronisk Compartment-syndrom

Hvad er compartment-syndrom?

Kronisk compartment-syndrom i underbenet er en smertetilstand, som opstår af øget tryk i de forskellige muskelrum. Vores muskulatur i underbenet er opdelt i 4 rum, også kaldet compartment. Hvert enkelt muskelrum er omgivet af en stram bindevævshinde, som ikke kan udvide sig.
Foran mellem skinnebenet og lægbenet ligger forreste compartment.
Bagtil er underbenet delt op i et dybt compartment samt et overfladisk compartment.
Endelig har vi på underbenets yderside omkring lægbenet et overfladisk compartment.

Kronisk compartment kan opstå efter langvarig træning, hvor muskelvolumen langsomt øges. Volumeforøgelsen resulterer i, at muskulaturen bliver større, men den stramme bindevævshinde, kaldet fascie, giver sig ikke.
Når musklerne er i hvile, er der balance mellem muskelrummets størrelse og muskelvolumen, men når musklerne arbejder, åbner der sig tusindvis af små blodkar, som øger blodcirkulationen i musklen, og derved bliver muskelvolumen større. Dette resulterer i øget tryk i muskelrummet. Trykstigningen vil medføre smerter, da muskulaturen får dårligere iltforsyning.

Behandling

Smerten i underbenet kan blive så invaliderende, at det vanskeliggør sports-udøvelse. Det kan blive nødvendigt med operativt indgreb, hvor man spalter bindevævshinden omkring musklen. Dette kaldes en fasciotomi.

Forberedelse inden operationen

Efter du har været i ambulatoriet, vil du modtage et brev om, hvornår du skal komme til operation. Du må **IKKE** indtage Kodimagnyl, Magnyl, Treo eller andet blodfortyndende medicin 3 dage før operationen. Gigtmedicin må ligeledes ikke tages 3 dage før operation, men må anvendes som smertestillende efter operationen. Med hensyn til **NATURMEDICIN**, eksempelvis Q10, fiskeolie, hvidløgspiller, E-vitamin etc., anbefaler vi en uges pause før operation.

Derimod er det vigtigt, at du tager evt. anden fast medicin som vanligt, f.eks. blodtryksregulerende og hjertestyrkende medicin.

Det tilrådes at undlade rygning 3 uger før operationen og 2 uger efter. Dette for at sikre bedst mulig blodtilførsel til vævet og god sårheling.

Hvis du er syg og her menes både influenza, forkølelse og forskellige former for betændelsestilstande, er det meget vigtigt at du ringer til hospitalet for at forhøre dig om, hvordan du skal forholde dig. Grunden er, at er immunforsvaret ikke i orden efter infektiøse tilstande, og da det drejer sig om en planlagt operation, er det vigtigt at minimere faktorer, der kan have indflydelse på det endelige resultat, og ikke sætte dit helbred på spil.
Du bedes tage et brusebad derhjemme inden indlæggelsen. Bemærk at der ikke må være sår eller rifter på eller omkring det ben, der skal opereres. I så fald skal du kontakte hospitalet. Operationen foretages enten

som sammedagskirurgi eller med 1 dags indlæggelse.

Medbring
Hjemmesko, evt. morgenkåbe, vanlig medicin.

Ved indlæggelse
Du vil blive modtaget af en sygeplejerske, der vil vise dig tilrette på stuen, foretage de nødvendige forberedelser inden operationen og besvare evt. spørgsmål. Du bliver tilset af narkoselægen, og den læge der skal operere dig. Her er der ligeledes mulighed for at stille spørgsmål.

Operation
Igennem mindre snit i huden spaltes bindevævshinden på langs, hvilket medfører, at der er mere plads til muskelvolumen, og trykket vil derved falde.
Operationen foregår som hovedregel ambulant, dvs. du kommer hjem fra hospitalet samme dag.
Operationen foregår i fuld bedøvelse. Hvis indgrebet er i de overfladiske muskelrum, kan operationen foregå i lokal bedøvelse.

Efter operationen
Du må godt støtte på benet med det samme, men bør holde dig mest muligt i ro i de efterfølgende 8-10 dage efter operationen. Du får udleveret et par krykker ved udskrivelsen. Lad være med at gå eller stå for længe. Hold benet i ro og gerne højt. Det anbefales at lejre benet højt og anlægge ispose for at undgå blødning. Isposen får du udleveret her. Læg den på benet 15-20 min. af gangen hver 2. time.
Det første døgn får du anlagt en stram forbinding, du selv skal tage af dagen efter. Det anbefales, at du anskaffer en støttestrømpe til de første 6 uger efter operationen. Støttestrømper kan du købe hos materialisten. Du får en henvisning til genoptræning ved en lokal fysioterapeut.

Smertebehandling
Som smertelindring, bør du i de første par dage efter operationen tage smertestillende tabletter, f.eks. tablet paracetamol 1 g x 4 daglig (hver 6. time) (Pamol, Panodil, Pinex), samt evt. gigtpræparatet tablet Ibuprofen 400 mg x 3 daglig, (dvs. hver 8. time - gerne sammen med mælk for at undgå maveproblemer).

Komplikationer
Der er risiko for, at der kan opstå blodansamling i underhuden.
Der vil altid være en lille risiko for infektion i såret.
Der er en lille risiko for beskadigelse af en hudnerve, der hvor huden spaltes. Det kan medføre føleforstyrrelser på et område på underbenet/foden.

Bilkørsel
Du må køre bil, når du har normal førlighed i benet, og kan føre bil på fuldt betryggende måde.

Sygemelding
Du skal regne med sygemelding i ca. 14 dage. Der kan dog gå længere tid, hvis du har meget gående eller stående arbejde.

Idræt

Genoptagelse af idræt må ske efter ca. 6-8 uger.