

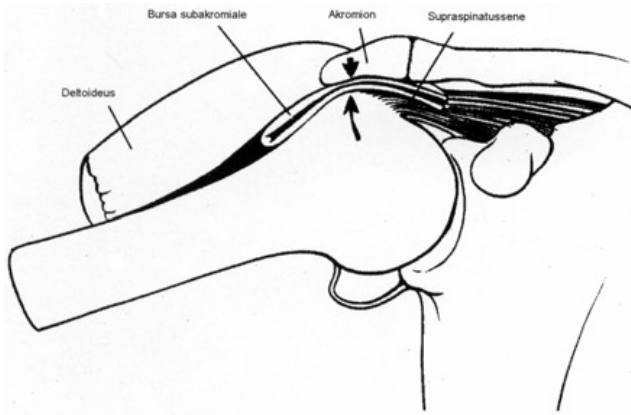


## Patientinformation

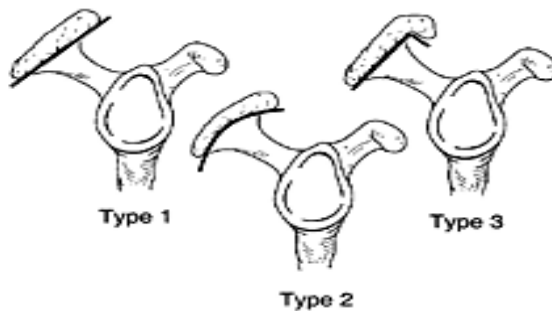
### Impingement

Indeklemningssyndrom er den hyppigste årsag til smerter i skulderen, hyppigst i 40 – 60 års alderen.

Styresenen (rotator cuffen) ligger som et låg over skulderens ledhoved og kan dér komme i klemme under skulderbladsknoglen (acromion). Dette kan medføre en hævet og øm slimsæk som yderligere forværrer pladsforholdene, se nedenstående figur.



Årsagen er ofte uhensigtsmæssige arbejdsstillinger med overbelastning af senen eller en ændret form af skulderbladsknoglen, se nedenstående figur.



### Baggrund

Smerterne kan også skyldes slid i det tilstødende lille kravebensled, akutte eller kroniske seneskader eller muskelubalance.

### Symptomer

- Træthed- og tyngdefornemmelse i skulder og arm.
- Smerter ved brug af skulderen over vandret.
- Efterhånden bliver smerterne mere konstante også i hvile og om natten.
- Bevægeligheden bliver ofte nedsat.



# Patientinformation

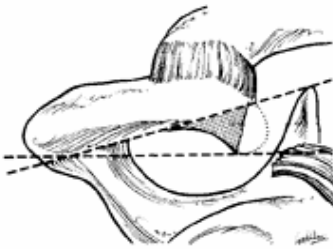
## Impingement

### Behandling

Der forsøges først med aflastning, hvor smertegivende aktiviteter undgås. Håndkøbssmertestillende medicin (Panodil, Ibuprofen eller lignende). Ændring af uhensigtsmæssige arbejdsfunktioner. Fysioterapi med øvelser indenfor smertegrænsen. Blokade i den hævede slimsæk med en blanding af lokalbedøvelse og binyrebarkhormon.

### Operation

Er disse tiltag ikke tilstrækkelige, kan vælges en kikkertoperation, hvor den hævede slimsæk og den "overskydende" del af skulderbladsknoglen (acromion) fjernes, se efterfølgende figur



Operationen foregår i fuld bedøvelse enten på dagkirurgisk afsnit eller under indlæggelse. Der er mindre risici i form af infektion (sjælden), samt risiko for en periode med en vis stivhed i skulderen.

### Efterforløb

Efter operationen bliver du instrueret af en fysioterapeut inden udskrivelsen.

Du må bruge armen og gøre øvelser indenfor smertegrænsen. Trådene ved stikmærkerne skal fjernes hos din egen læge efter 10-12 dage.

Der vil ofte gå ca. 3 måneder inden skulderen er faldet til ro. Det **kan** tage op til ½ - 1 år før slutresultatet nås.

### Arbejde

Kan genoptages når armen kan holde til det, efter ca. 2 uger ved kontorarbejde, efter 2-4 måneder ved skulderbelastende arbejde.

### Prognose

Ved operativ behandling bliver ca. 80 % raske, 20 % har stort set uforandrede gener, ganske få kan få mere ondt. Ved sukkersyge er prognosen dårligere.