

Denne handleguide er et redskab til dig, der har fået indopereret **et kunstigt knæ**. Du kan anvende handleguiden, hvis du er i tvivl om, hvordan du skal observere, reagere og handle på eventuelle afvigelser. Handleguiden beskriver typiske reaktioner og symptomer efter operation med et kunstigt knæ, og er delt op i GRØN, GUL og RØD zone.

Den grønne farve beskriver en almindelig tilstand efter operation med et kunstigt knæ. Den gule tilstand beskriver, hvordan du skal handle, hvis dine symptomer bevæger sig væk fra den grønne zone. Endelig beskriver den røde farve, hvornår du skal være opmærksom på at tage kontakt til hospitalet/anden behandler. Handleguiden er således tænkt som et støtteredskab for dig, som har fået indopereret et kunstigt knæ.

HANDLEGUIDE De første uger efter operation med et kunstigt knæ	GRØN Alt er normalt, hvis:	GUL Kontakt Knæsektoren Hverdage kl 8-9.30 Tlf. 51449013 Øvrige tidspunkter: Tlf: 7845 4148, hvis:	RØD Du skal vurderes af en læge, hvis:
Smerter	Du har få smerter i hvile og moderate smerter i aktivitet. Det hjælper, når du tager smertestillende medicin efter den plan, som er udleveret.	Du har mange smerter i knæet, som ikke aftager, når du tager smertestillende medicin, hviler dig, anvender is til afkøling eller bevæger dig mindre. Dit knæ er eventuelt meget hævet.	Du har mange smerter i knæet hele tiden og kan slet ikke finde hvile eller træne. Du er faldet og har stærke smerter fra knæet og kan ikke støtte på benet. Kontakt egen læge eller vagtlægen. Du har smerter i brystet og har åndenød: Ring 112
Hævelse og blå mærker	Dit opererede ben er hævet, men det hjælper at ligge med benet over hjerteniveau, mindst 3 gange om dagen, mindst 30 minutter ad gangen. Der kan forekomme blå mærker på større eller mindre dele af benet.	Du har stærke smerter i underbenet, som er hævet, rødt og varmt. Det hjælper ikke at tage smertestillende medicin eller ligge med benet hævet.	Du har ududholdelige smerter i underbenet. Der er spændt, ømt, varmt og rødt. Kontakt egen læge eller vagtlægen? Kontakt Knæsektoren. Hverdage kl. 8-9.30 Tlf. 51449013? Øvrige tidspunkter Tlf.: 78454148?
Såret	Op til 75 % af plasteret er fyldt med blod/væske eller plasteret har løsnet sig. Du skifter plasteret efter den anvisning du har fået ved udskrivelse. Gentager hændelsen sig, se i gult område.	Det væsker så meget fra såret, at du må skifte plaster flere gange dagligt. Det væsker fra såret 5 dage efter operationen	Plasteret er fyldt med sår væske. Såret gaber, det væsker og/eller bløder. Kontakt Knæsektoren. Hverdage kl. 8-9.30 Tlf. 51449013 Øvrige tidspunkter Tlf.: 78454148

Feber	Dit knæ føles varmt. Du føler du har feber, men du har ikke temperaturforøgelse.	Du har feber, føler dig træt og sløj. Dit knæ er rødt og hævet, specielt omkring såret/arret.	Du har høj feber og kulderystelser. Det væsker fra såret, knæet er ømt og spændt. Kontakt Knæsektoren Hverdage kl. 8-9.30 Tlf. 51449013 Øvrige tidspunkter Tlf.: 78454148 Vagtlæge?
Forstoppelse	Du har gang i maven, men ikke helt som du plejer. Drik rigeligt væske 1,5-2 l. dagligt. Tag afføringsmiddel, som aftalt ved udskrivelsen.	Selvom du tager afføringsmiddel, har du ikke haft afføring i flere dage. Du føler dig utilpas og oplever evt. kvalme og nedsat appetit.	Du har slet ikke gang i maven, har stærke mavesmerter, oppustet mave, kvalme/opkastning og/eller blod i afføringen. Kontakt egen læge eller vagtlægen.
Træthed	Du er træt og har et større søvnbehov end en du plejer.	Du sover meget om dagen og har ingen kræfter, du er svimmel, har kvalme og føler dig generelt utilpas.	Du har besvimelser, hallucinationer eller falder ofte i søvn. Kontakt egen læge eller lægevagten.
Appetit	Du har mindre appetit end du plejer, og du spiser små måltider. Du er opmærksom at få ekstra protein.	Du får ikke din medicin på grund af kvalme og opkastning.	Du kan ikke holde mad i dig og/eller har blod i opkastningen. Kontakt akut egen læge eller lægevagten.
Er faldet eller kan ikke støtte på benet	Du har ingen gener, når du går rundt.	Du har moderater smerter i knæet og går omkring, men smerterne aftager ikke i løbet af 1-2 dage.	Du kan ikke støtte på benet. Kontakt egen læge eller lægevagten.
Træning	Der er ømhed af musklerne, når du laver øvelser, og måske kan du ikke lave alle fuldt ud efter anvisningen de første dage efter udskrivelsen.	Du får tiltagende ondt, når du laver øvelser, og smerterne forsvinder ikke helt igen i løbet af nogle timer. Ring til fysioterapien. Hverdage kl. 8-14. Tlf.: 7846 7350	

Udarbejdet af Knæsektoren, AUH, august 2024