

## Patientinformation till dig med fotledsfraktur

Fotledsfrakturer orsakas oftast av lågenergivåld i form av vridningar och sidoförskjutningar. Ett antal olika frakturer kan uppkomma beroende på fotens position samt våldets riktning i skadeögonblicket.

### På akutmottagningen

Diagnosen ställs med hjälp av en röntgenundersökning. Beroende på graden av skada så bedömer läkaren om frakturen är så stabil att den enbart behöver gipsbehandlas eller om en operation är nödvändig.

### Operation

Operationen genomförs ofta med ryggbedövning, då man är bedövad från midjan och nedåt. I vissa fall blir man sövd. För att minska risken för blödning sätts en blodtrycksmanschett runt låret så att blodflödet stängs av under själva ingreppet. Vid operation öppnas huden över ena eller båda fotknölna och frakturen fixeras med platta, skruvar och stift. Sedan läggs ett förband på operationssåret och foten läggs i en gipsskena.

### Smärta

Smärtan kan vara besvärande de första dygnet efter operation men minskar sedan successivt. Du får med dig recept på smärtstillande mediciner. Försök att hålla foten i högläge. **Med högläge menas att foten skall vara ovan hjärthöjd.** Det gör att foten sväller av och värken och smärtan minskar.

### Gips

När foten svällt av så får Du ett nytt gips, en s.k. gipsstövel. Gipstiden är ca 6 veckor.

### Gånghjälpmedel

Efter operationen får du komma upp och gå med kryckor eller annat gånghjälpmedel. Belastning avgörs av operatören. Du får träffa fysioterapeut som går igenom rehabilitering. Har Du svårigheter att klara Dina dagliga aktiviteter efter en fotledsfraktur kan Du behöva träffa en arbetsterapeut som ger Dig praktiska råd.

### Sjukskrivning

Sjukskrivningens längd beror på vilken form av arbete Du har. Om Du har ett arbete som kräver att du står eller går mycket får du räkna med att vara sjukskriven 6-8 veckor.

### Återbesök

Om du blir opererad sker återbesöket på ortopedmottagningen efter 2-3 veckor då Du ska ta bort stygnen och gipsa om fotleden. Därefter kallas Du

till ortopedmottagningen efter ca 6 veckor för att ta bort gipset. Om Du inte blir opererad kallas du till ortopedmottagningen efter 6 veckor för att ta bort gipset. Vid återbesöket träffar du kanske ingen läkare utan mottagningspersonal och fysioterapeut.

## Eventuella komplikationer

Efter en fotledsfraktur kan man få kvarstående besvär i form av återkommande svullnad och värk samt nedsatt rörlighet. Problemen brukar dock minska efterhand. Inhandla gärna en stödstrumpa och fortsätt att hålla foten i högläge vid behov.

## Rådgivning/Frågor

Om Du de närmaste veckorna efter operation får feber, tilltagande smärta eller rodnad kring operationssåret måste Du kontakta sjukhuset.

Resultatet efter att frakturen läkt är till stor del beroende på träningen och graden av skada som fanns vid operationstillfället.

Har Du funderingar kring operationen, sjukhusvistelsen, din rehabilitering eller återbesök är du välkommen att höra av dig till Ortopedmottagningen på respektive sjukhus.

### Kontakt vid frågor:

**Gällivare sjukhus** Dagkirurgisk enhet 0970-19113

Kväll och helg: Vårdguiden 1177

**Piteå sjukhus** ortopedmott 0911- 755 42

Kväll och helg: Akutmottagningen 1177

**Sunderby sjukhus**, ortopedmott 0920-28 39 91

Kväll och helg: Akutmottagningen 1177