

Hälseneruptur - behandlingsrutin icke opererad, Länssjukhuset Ryhov

Sjukgymnastrutiner Ryhov "behandlingsregim vid icke-opererad hälseneruptur"

- v. 0 Akutläkare initierar ortosbehandling (3 kilar).
Ilägg i andra skon rekommenderas, ca 1 cm.
Sjukgymnastrems från läkare.
Kalla patienten till Sjukgymnastiken T7, 2 veckor efter påbörjad ortosbehandling.
- v. 2 Kontrollera patientens compliance kring ortosbehandling (luftning 3-4 ggr/dag á 10 min, ortos dygnet runt, kryckkäppsbehov/gångteknik, får belasta till smärtgräns).
Thompson's test i magliggande.
DVT-status (palpationsömhet vadmuskulatur, svullnad, smärta, rodnad) och kontrollera hudstatus (sår, skav, färg, fukt).
Ring Team Olmed vid ortosproblem (patienttelefon 036-300150).
Patienterna kan gå direkt till receptionen vid behov av åtgärd.
Instruera i "Träning 2 veckor efter hälseneruptur". Uppmuntra till motionscyckling inomhus med ortosen på, samt sittande styrketräning för övre extremitet.
Instruera patienten att ta bort den nedersta kilen vecka 3.
Inboka återbesök om patienten önskar detta eller om behovet finns, ca 4 veckor efter påbörjad ortosbehandling.
- v. 3 Patienten avlägsnar den första kilen.
- v. 4 Om patienten inte önskar återbesök avvecklas den andra, nedersta kilen på egen hand.
Vid återbesök till sjukgymnast, kontrollera patientens compliance kring ortosbehandling (se ovan). Thompson's test i magliggande samt utförande av aktiv plantar- och dorsalflexion (max 90°). DVT-status och hudstatus (se ovan).
Sjukgymnast avlägsnar den andra, nedersta kilen. Patienten har då en kil kvar.
Instruera i "Träning 4 veckor efter hälseneruptur".
Påminn patienten om att ta med lämpliga skor och kryckkäppar till återbesöket v. 7.

- v. 5 Patienten avlägsnar själv den tredje kilen, fortsätter att använda ortosen som tidigare.
- v. 7 Sambokat återbesök på Ortopedmottagningen läkare och sjukgymnast (bokas av akutläkaren vid första besöket).
Avveckling av ortos. 1 cm korkilägg bilateralt i 2 veckor inne- och utomhus.
Instruera i "Träning 7 veckor efter hälseneruptur". Kontrollera gångförmågan och kryckkäppstekniken, avveckling av kryckkäppar successivt.
Skicka remiss till sjukgymnast i primärvården för fortsatt rehabträning.
Bokningsunderlag ifylles för ettårsuppföljning på Sjukgymnastiken T7.
- 1 år Uppföljning genom "1 års uppföljning av hälseneruptur" med Heel rise index och ATRS.
Resultaten förvaras i pärm i receptionens arkiv. Återkoppla till ansvarig ortoped vid behov. Hälseneansvarig sjukgymnast utför sammanställning på årsbasis och skickar resultatet till ansvarig läkare på fotsektionen, Ryhov.