

## **PATIENTINFORMATION**

### **KORSBANDSREKONSTRUKTION**

#### SÅR OCH FÖRBAND

Låt förbanden sitta kvar 10 dagar (till suturtagning), skydda med plast vid dusch.

Ev. såromläggning hos distriktssköterska på vårdcentral sker tidigast efter en vecka om bandaget blött igenom.

Tag bort stygnen och förband efter ca 10 dagar hos distriktssköterskan på vårdcentral.

#### REHABILITERING

Påbörja hemträningsövningar enligt program dagen efter operation.

Belastning till smärtgräns med kryckkäppar i 4 veckor.

Boka tid hos fysioterapeut ca. 1 vecka efter operation.

Succesivt ökad belastning efter 4 veckor. Rehab upp till 12 månader innan återgång i idrott.

#### ÖVRIG INFORMATION

Återbesök till ortoped efter ca 2 och 6 månader.

Sjukskrivningslängd beroende på arbete.

Tag dina läkemedel enligt läkarordination på recept.

Vid tecken på infektion – dvs- att det rinner vätska från såret eller du får feber, kontakta sjukvården akut.