



Utslitt kne

Spørsmål: Jeg har slitasjegikt i kneet som gradvis har blitt vondere de siste årene. Hvordan vet jeg når jeg bør velge å bli operert? Fastlegen har sagt det er mest opp til meg selv. Hvor lenge kan jeg regne med at en protese vil holde?

Svar: Kneleddet utsettes daglig for store belastninger. Etter hvert kan den glatte og elastiske brukshinnen som dekker leddflatene bli nedslitt. Typiske symptomer er smerter og hevelse i leddet. Plagene er, som du kanskje har erfart, ofte verst etter at man har hvilt, eller hvis du har gått mye, spesielt hvis underlaget er hardt og skotøyet ikke er tilstrekkelig støtdempende. Slitasjegikt i kneet er vanlig, spesielt hos kvinner over 65 år, personer som er overvektige og de som tidligere har hatt annen skade eller sykdom i kneet. Medfødte arvelige egenskaper spiller også en rolle.

Plagene tiltar gradvis over tid. Når vektreduksjon, fysikalsk behandling med opptrening av muskler som stabiliserer kneleddet, bruk av smertestillende medisiner og avlastning med tilpasset fottøy og bruk av stokk eller krykke ikke lenger gir tilstrekkelig lindring, er kirurgisk behandling aktuelt. Resultatet er som regel vesentlig reduksjon eller fravær av smerter. De fleste pasientene er meget godt fornøyd og sier ofte etter inngrepet at dette skulle de ha fått gjort tidligere. Hvis du kan svare "Ja" på en eller flere av følgende spørsmål, så er det en indikasjon på at det kan være riktig for deg å bli operert.

- Du har mye smerter, og de i hindrer deg i å være i fysisk aktivitet.
- Du trenger hjelp til å utføre hverdagens oppgaver.
- Du oppnår ikke tilstrekkelig effekt av annen behandling.

- Smertene forstyrrer søvnen din til tross for at du bruker smertestillende medisiner.
- Du har bivirkninger av medisinene.
- Du har smerter i hvile.

Idealpasienten for kirurgisk behandling har alminnelig god helse og tilnærmet normal vekt. Det kan gjøres ulike typer inngrep. Utskifting av hele eller deler av kneleddet gjøres hos stadig flere, og en moderne totalprotese fungerer som regel godt i minst 15 -20 år. Ved slitasje i en avgrenset del av kneleddet, kan korrigerende feilstillinger i leddet gi god lindring og utsette utskifting av leddet med 5-10 år.