

RUTIN Axel - Nyckelbensfraktur - FYS

Innehållsansvarig: Ingrid Hultenheim Klintberg, Spec sjukgymnast, Fysioterapi Mölndal (inghu4)
Godkänd av: Gunilla Kjellby Wendt, Verksamhetschef, Verksamhet Arbetsterapi och fysioterapi (gunkj2)
Denna rutin gäller för: Verksamhet Arbetsterapi och fysioterapi

Denna rutin gäller för

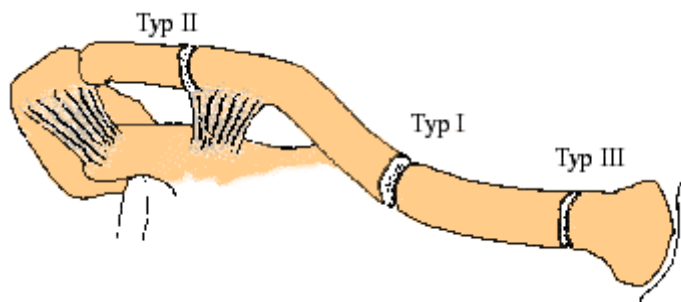
Rehabilitering efter nyckelbensfraktur gäller samtliga fysioterapeuter och läkare inom Sahlgrenska Universitetssjukhuset som ansvarar för rehabiliteringen av patienter behandlade inom Ortopedin, Sahlgrenska Universitetssjukhuset.

Bakgrund

Skademekanism är oftast fall mot skuldran, fall med utsträckt hand eller ett direkt slag mot nyckelbenet. Cirka 80 % är mittdiafysära (typ I), 15 % laterala (typ II) och 5 % mediala (typ III).

Fysioterapeutisk behandling liksom kirurgisk eller icke kirurgisk behandling av frakturen kan skilja sig beroende på lokalisation av frakturen, komminut fraktur, intermediärfragment eller grad av dislokation.

I vissa fall kallas patienten för återbesök till läkaren efter 7-14 dagar efter skada för bedömning om det finns indikation för kirurgi.



www.internetmedicin.se

Syfte

Återfå normal axelfunktion.

Restriktioner

Patienten bör undvika rörelser som ger smärta över frakturen.

Rörelser i skuldran som kan vara provocerande vid nyckelbensfraktur är:

- höjning och sänkning
- protraktion och retraktion
- rörelser över horisontalplanet
- adduktion framför eller bakom kroppen

Undvik immobilisering med 8-förband på grund av risk för tryck mot kärl och nerver i axillen.

Icke-kirurgisk behandling

Vid icke-kirurgisk behandling kan armslynga användas i 1-2 veckor i smärtlindrande syfte.

Kirurgisk behandling

Vid kirurgisk behandling avlastas axeln eventuellt med armslynga i smärtlindrande syfte. Om även ledbanden rekonstrueras bör alla aktiviteter ske utan obehag eller smärta från skadeområdet cirka 6 veckor efter operationen.

Doknr. i Barium 17813	Giltigt fr.o.m 2021-10-07	Version 7
--------------------------	------------------------------	--------------

RUTIN Axel - Nyckelbensfraktur - FYS

Viktigt att tänka på

Beroende på våldet vid traumatillfället kan associerade skador i nacke och skuldra såsom t.ex. traktionsskada på nerv förekomma. Detta kan förklara smärtproblematik och dysfunktion som ej kan härledas till nyckelbensfrakturen.

Var uppmärksam på tecken till utebliven läkning, pseudartros. I enstaka fall kan volyminös kallus ge tryck mot mot plexus brachialis med smärtutstrålning i armen som följd. Patienten behöver i så fall bedömas av ortopedläkare.

Det är vanligt med kvarstående asymmetri p.g.a. ändrad form av nyckelbenet. Detta kan i sällsynta fall leda till förändrad biomekanik och därmed försämrad muskelfunktion.

Post-operativa problem med sårsläkning är vanligt. Undvik därför tryck och skav över såret. Informera patienten om att tejpa ärret för att minska risken för utveckling av breddökat ärr, vilket är vanligt förekommande.

Vid kirurgisk behandling är det inte ovanligt med känselstörning runt operationsområdet. Detta är oftast övergående men kan i vissa fall behandlas.

Diskutera belastningar i arbete och vardagsaktiviteter med patienten. Ökad smärta vid rörelser och/eller ökad värk i vila är vägledande för lagom stor belastning.

Bedömning

Utveckling av rörlighet mäts med goniometer och följs kontinuerligt.

Förväntad rehabiliteringstid: 3-6 månader.

Fysioterapeutiska åtgärder

Fysioterapeutisk behandlingsplan efter icke-kirurgiskt behandlad nyckelbensfraktur.
Fysioterapeutisk behandlingsplan efter kirurgiskt behandlad nyckelbensfraktur.

Ansvar

Verksamhetschefen är ytterst ansvarig för att rutinen finns, att den är känd samt efterlevs. Fysioterapeut ansvarar för att arbetet bedrivs utefter avsedd rutin i den enskilda behandlingen.

Uppföljning och utvärdering

Innehållsansvarig/arbetsgrupp ansvarar för uppföljning/revision av innehållet i rutinen. Medvetet avsteg från rutinen dokumenteras i patientens journal.

Relaterad information

Hemträningsprogram - [Nyckelbensfraktur I](#)

Hemträningsprogram - [Nyckelbensfraktur II](#)

Arbetsgrupp

Ann-Christine Gunnarsson Holzhausen, Fysioterapeut, Fysioterapi Mölndal
Ingrid Hultenheim Klintberg, Specialistfysioterapeut, Fysioterapi Mölndal
Matilda Söderlund, Fysioterapeut, Fysioterapi Mölndal

I samråd med:

Nikolaos Papadimitriou, Överläkare, Verksamhet Ortopedi, Mölndals sjukhus

Fysioterapeutisk behandlingsplan: Efter icke-kirurgiskt behandlad nyckelbensfraktur

På akuten

Genomgång av hemträningsprogram:
Nyckelbensfraktur I.

Utprovning av armslynga i smärtlindrande syfte,
används vid behov i 1-2 veckor.

Instruera god hållning och rätt position av skuldran.
Visa patienten att man kan tvätta sig under armarna genom att luta sig framåt och låta armen hänga nedåt.

Patienten tar med sig fysioterapeutremiss samt "Fysioterapeutisk behandlingsplan efter icke opererad nyckelbens fraktur" att lämna till fysioterapeut.

Patienten bör undvika rörelser som ger smärta över frakturen.
Rörelser i skuldran som kan vara provocerande vid nyckelbensfraktur är:

- Höjning och sänkning
- Protraktion och retraktion
- Rörelser över horisontalplanet
- Adduktion framför eller bakom kroppen

Föreslå smärtlindring med kyla.

1 vecka efter skada

Vid återbesök till läkaren bedöms om det finns indikation för kirurgi.
Fysioterapeutisk behandling liksom behandling av frakturen kan skilja sig beroende på lokalisation av frakturen, komminut fraktur, intermediärfragment, grad av dislokation och patientens funktionsnivå.

Instruera god hållning och rätt position av skuldran.
Visa patienten att man kan tvätta sig under armarna genom att luta sig framåt och låta armen hänga nedåt.

Fortsatt rehabilitering med smärtfria övningar läggs upp efter individuell bedömning.

2 veckor efter skada

Genomgång av hemträningsprogram:
Nyckelbensfraktur II.

Var uppmärksam på associerade skador.

Fortsatt fysioterapeutisk behandling planeras efter individuell bedömning. I all träning ska patienten utföra rörelserna med god hållning och god humeroskapulär rytm.

Doknr. i Barium 17813	Giltigt fr.o.m 2021-10-07	Version 7
--------------------------	------------------------------	--------------

RUTIN Axelt - Nyckelbensfraktur - FYS

Fysioterapeutisk behandlingsplan: Efter kirurgiskt behandlad nyckelbensfraktur

Postop dag 1

Genomgång av hemträningsprogram:
Nyckelbensfraktur I.

Utprovning av armslynga i smärtlindrande syfte.
Används vid behov i 1 – 2 veckor.

Instruera god hållning och rätt position av skuldran.
Visa patienten att man kan tvätta sig under armarna genom att luta sig framåt och låta armen hänga nedåt.

Föreslå smärtlindring med kyla.

Planera för var fortsatt Fysioterapi ska ske.

2 veckor postop

Fysioterapeutisk behandling påbörjas.

Genomgång av hemträningsprogram:
Nyckelbensfraktur II.

Undvik att provocera smärta i ytterlägen.
Behandlingen får inte ge ökad smärta eller värk.

Var uppmärksam på associerade skador.

Fortsatt fysioterapeutisk behandling planeras efter individuell bedömning. I all träning ska patienten utföra rörelserna med god hållning och god humeroskapulär rytm.