



AKADEMISKA  
SJUKHUSET

# Diskbråck i halsryggen

Patientinformation



Denna information har utformats för dig som har diskbråck i halsryggen. Vi vet att du och din familj kommer att ha många frågor om vård och behandling. Vi hoppas att du ska hitta svar på en del av dina frågor i denna information.



## Har du frågor, kontakta:

Kontakta Akademiska sjukhuset eller Elisabethsjukhuset via e-tjänster på [www.1177.se](http://www.1177.se)

Sjuksköterska

018-611 44 59

Vid operation på Elisabethsjukhuset

018-18 88 24 kl. 8:00 – 11:30

Vänd sida för  
att läsa mer!



Datum: 2021-04-22  
ID: DocPlusSTYR196-1554

## Vad är diskbråck?

Mellan varje kota i halsryggen (nacken) finns en disk, även kallad mellankotsskiva. Den fungerar som en stötdämpare och består av en inre kärna och ett yttre hölje. Om det yttre höljet skadas kan kärnan bukta ut och bilda ett diskbråck. Diskbråcket trycker ibland på en förbipasserande nervrot i nacken, vilket kan ge nacksmärta med utstrålning i en arm och/eller hand. Domningar, nedsatt känsel och sämre finmotorik kan också förekomma. Smärtan kan vara mycket besvärlig.

## Vem får diskbråck?

Att det yttre höljet kring disken försvagas är en del av det normala åldrandet. Magnetkameraundersökningar (MR) visar att redan i 30-årsåldern har nästan var tredje person diskbråck men de allra flesta av dessa har inga besvär. Det är ovanligt att diskbråck uppstår efter en akut skada, laboratorieförsök har visat att det är mycket svårt att skada en oskadd disk med yttre kraft. Medelåldern i Sverige för dem som opereras på grund av diskbråck i halsryggen är 50 år.

## Hur ställs diagnosen?

Vanligtvis börjar symtomen med smärta som strålar ut i en arm, ofta i kombination med ont i nacken. Domningskänsla och kraftnedsättning förekommer också. Trots besvärlig smärta blir många bra redan efter någon vecka med hjälp av smärtlindring och träning. Nio av tio är i princip smärtfria efter sex veckor.

Om symtomen fortsätter brukar husläkaren beställa en magnetkameraundersökning (MR) av ländryggen. Diskbråck syns tydligt på MR men ej på en vanlig röntgenbild.

## När är operation av diskbråck aktuell?

Om symtomen i form av utstrålande smärtor fortsätter i mer än 6 veckor trots träning och smärtlindring brukar det bli aktuellt att fundera kring operation. Ryggkirurgen gör en undersökning för att se om symtomen stämmer överens med diskbråckets utseende på MR-bilderna. Ibland kan MR-undersökningen visa diskbråck som inte har något att göra med de aktuella symtomen och då är operation inte till någon nytta. Vanligtvis ska armsmärtan vara minst lika besvärande som nacksmärtan för att en diskbråcksoperation ska vara aktuell.

## Hur går operationen till?

Operationen sker alltid i narkos (sövning). Ryggkirurgen lägger ett snitt till vänster på halsens framsida och plockar bort den bit av disken som buktar och orsakar besvären. För att komma åt diskbråcket måste kirurgen plocka bort hela disken och ibland ta bort benpålagringar från närliggande halskotor. Avslutningsvis sätts en bur av titan på diskens forna plats och en platta med skruvar fixerar de två kotorna till varandra, en så kallad steloperation. Operationen brukar ta cirka 90 minuter men kan ta längre tid om det är mycket benpålagringar eller flera drabbade disknivåer.

## Vilka är riskerna med operation?

Ingen operation är helt riskfri men det är ovanligt med stora komplikationer efter diskbråcksoperation. Risken för infektion eller blodpropp efter operation av diskbräck är mycket låg.

Rökning ökar riskerna för komplikationer och vi kräver därför rökfrihet i samband med operation. Om du behöver hjälp med att sluta röka så fråga din vårdcentral.

I operationsmetoden ingår att den opererade nivån blir stel. För varje opererad nivå förloras 10% av böj- och sträckförmågan i nacken. Rotationen (sidovridning) påverkas inte.

Den vanligaste komplikationen är sväljsvårigheter och heshet. Majoriteten av alla patienter upplever sväljsvårigheter efter operation men de flesta har blivit av med dessa besvär inom 3 månader. Heshet förekommer också men brukar vara ganska snabbt övergående och svår och långvarig heshet är ovanligt, under 2 % av patienterna drabbas.

I närheten av operationsområdet ligger en nerv som går upp till ögat och hjälper till att fukta ögat och öppna ögonlocket. Den nerven kan bli skadad av tryck från haken som skyddar mjukdelarna under operationen och då kan ögat bli torrt och svårt att öppna ögat. Detta är mycket ovanligt men 1% av patienterna riskerar att drabbas av sådan tryckskada som brukar gå över efter 3–6 månader. Bestående skador på nervroten efter operation är ovanliga men förekommer.

I samband med operationen hålls axlarna ner för att inte skymma nacken medan röntgen används under operationen. I sällsynta fall kan det orsaka tryck mot nervknippet bakom nyckelbenen vilket kan ge en övergående axel- och armsmärta.

Det finns en risk för blödning i operationsområdet även efter operationens slut, framför allt för de patienter som äter medicin som förtunnar blodet eller antiinflammatorisk medicin. Det är trångt om utrymme på halsens framsida och även en liten mängd blod kan ge tryck mot matstrupen och i sällsynta fall även på luftstrupen. Symtomen på fortsatt blödning med trängsel på halsen är sväljsvårigheter, oförmåga att prata och sedan andningssvårigheter. Det är viktigt att du berättar direkt om du skulle uppleva sådana symtom för då behöver blödningen utrymmas akut. Det görs genom att stygnen klipps upp och blodansamlingen skopas ut.

För att förebygga blödningskomplikation är det viktigt att du berättar för din läkare vilka mediciner du tar och att du inte själv börjar ta receptfria läkemedel före operation utan att tillfråga din läkare. Antiinflammatorisk och blodförtunnande medicin ska sättas ut en vecka före operation för att blodets koagulationssystem ska hinna normaliseras. För dig som inte kan vara utan blodförtunnande läkemedel finns det ersättning i sprutform att få.

En animation som översiktligt visar hur operationen går till finns på <https://medfilm.se/akademiska> (klicka på Diskbråck i halsryggen)

## Blir man bra efter operationen?

Resultat av diskbråcksoperationer i halsryggen är goda. Vi rapporterar alla ryggoperationer till Svenska Ryggregistret, ett register som samlar resultat efter kirurgi i ryggen. Enligt registret är 68 % nöjda med operationen 1 år efteråt och nära 8 av 10 är bättre i sin armsmärta.

Domningskänsla och nedsatt känsel i armen/handen kan finnas kvar i flera månader efter en operation, även om smärtan minskat. Om armsmärta fortsätter brukar man vänta åtminstone ett par månader med att fundera kring ny operation. Det beror på att den svullnad som uppstått efter operation behöver avta före eventuell ny operation. Resultaten av ytterligare operationer, om den första inte gav tillräckligt bra effekt, är tyvärr sämre än resultaten för första operationen.

## Inför operation

Vi försöker att operera diskbråck med hög prioritet för att patienterna ska ha största möjliga nytta av operationen. Om symtomen förändras eller om du rent av blir påtagligt förbättrad i väntan på operation är det viktigt att du hör av dig till ortopedmottagningen för att diskutera med din läkare.

## På operationsdagen

Efter operationen kommer du till en uppvakningsavdelning där du sedan träffar din läkare. I normalfallet stannar man två dygn på sjukhus efter operation av diskbräck i halsryggen.

## Efter operationen

När du lämnar sjukhuset får du elektroniska recept på smärtstillande läkemedel att ta efter operationen. Smärtan kring operationssåret brukar vara måttlig men kan sitta i ett par veckor. Det är viktigt att använda rätt smärtlindring så att träning och rehabilitering inte hindras av smärta.

## Sjukskrivning

Om du arbetar kan du behöva sjukskrivning efter operationen. Vid lättare arbeten kan det räcka med 6 veckors sjukskrivning och vid tyngre arbeten kan längre sjukskrivning upp till 8-12 veckor behövas.

## Operationssåret

Förbandet kring ditt operationssår är vattentätt och klarar duschning men ej bad. Om förbandet lossar eller blir förstört kan du kontakta distriktssköterskan för omläggning. Såret brukar sys med tråd som löser upp sig själv.

## Rehabilitering och uppföljning

Det är viktigt att fortsätta med sjukgymnastik även efter operationen. Fortsätt gärna att ha kontakt med samma sjukgymnast som före operationen. Om du bor i Region Uppsala sker uppföljning hos en rygginriktad fysioterapeut 3-4 veckor efter operationen. Vanligen planerar vi uppföljning med röntgenkontroll och återbesök till operatören efter cirka tre månader.

## Egenvård

Förbandet kring ditt operationssår är vattentätt och klarar duschning men ej bad. Om förbandet lossar eller blir förstört, kontakta distriktssköterskan vid din vårdcentral för omläggning. Oftast syr vi operationssåren med tråd som löser upp sig själv utan behov av att ta bort stygn.

Om du får feber, ökad smärta eller rodnad kring operationssåret kan det vara tecken på infektion. Kontakta i så fall oss på ortopedmottagningen på 018-611 44 59 (Akademiska sjukhuset), 018-18 88 24 (Elisabethsjukhuset) eller genom 1177 Vårdguiden <https://e-tjanster.1177.se>



### 1177 Vårdguiden

Du hittar information och tjänster för din hälsa och vård på webbplatsen 1177.se. För sjukvårdsrådgivning ring 1177, öppet dygnet runt.



### Kontakt Akademiska

Akademiska sjukhuset nås via:  
[patientkontakt@akademiska.se](mailto:patientkontakt@akademiska.se)  
Patientkontakt 018-611 30 33,  
Växel: 018-611 00 00  
[www.akademiska.se](http://www.akademiska.se)