



Information vedrørende blokadebehandling

Kroppen reagerer, hvis den bliver udsat for en u hensigtsmæssig hård eller forkert belastning. Det kan resultere i en irritationstilstand (inflammation) i sener, muskler og led. Denne inflammation udløser smerter, som ofte hæmmer fysisk udfoldelse.

Den slags skader kan behandles med en blokade, som består af en blanding af lokalbedøvelse og binyrebarkhormon, der sprøjtes ind omkring det irriterede område.

Formål: At mindske smerte og irritation.

Virkning: Lokalbedøvelsen vil virke allerede efter få minutter og holde i ca. 4-6 timer.

Den ønskede virkning af blokaden indtræder gradvis de næste dage, hvor binyrebarkhormonet dæmper den inflammationstilstand, der er opstået pga. overbelastning. Yderligere nedbryder binyrebarkhormonet noget af det syge væv.

Binyrebarkhormonet kan det første døgn give en smertereaktion, som føles som en opblussen af smerter og irritation. Det kan derfor være nødvendigt at tage noget smertestillende håndkøbsmedicin.

Virkningen holder sig oftest kun 4-6 uger og kun, hvis overbelastningen ikke fortsætter. Man kan få op til 3 blokader det samme sted indenfor ca. 6 mdr.

Hvis du bliver ved med at have symptomer, kan det skyldes, at du ikke selv ændrer på din sportsaktivitet, starter for tidligt op efter blokaden, eller at diagnosen ikke er korrekt.

I enkelte tilfælde kan blokaden ikke reducere inflammationen, og en operation kan da blive nødvendig.

Forløb: For at få den optimale virkning af blokaden, er det vigtigt at aflaste området de første 3-4 dage. Det kan blive nødvendigt med sygemelding, afhængig af dit arbejde.

Efter 3-4 dage kan du genoptage almindelig daglig aktivitet.

Efter 14 dage må du starte på lettere fysisk aktivitet som gåture, cykling uden belastning samt svømning.

Du skal afstå fra løb, hop og springaktivitet, indtil inflammationen er væk.

Blokadebehandling kan aldrig stå alene, men er et supplement i behandlingen. Det er vigtigt at finde den udløsende årsag til din overbelastning og dermed evt. justere på træningsaktivitet og tilpasse et træningsprogram.

Bivirkning: Der kan være bivirkninger til blokadebehandling. Binyrebarkhormon er kendt for sine mange bivirkninger, men når det bliver givet lokalt, er disse meget beskedne.

- Nogle patienter oplever de første døgn hjertebanken og rødblussen i ansigtet.
- Lokal irritation, misfarvning og let skrumpning af hud og underhud, hvor blokaden er givet.
- Der kan efterfølgende forekomme menstruationsforstyrrelser.
- Hos sukkersygepatienter kan blodsukkeret stige let, der anbefales derfor ekstra kontroller af blodsukker i nogle dage.
- Sjældent ses betændelse omkring blokadestedet. Symptomerne vil være rødme, varme, hævelse, dunkende smerte og evt. feber. Ved mistanke kontaktes en læge.

Ultralydsvejledt blokade:

Ved hjælp af lydbølge (ultralyd) er det muligt at danne billeder af det indre væv. Man kan derved se forandringer i eller omkring bløddele, det kan f.eks. være hævelse omkring en sene, inflammationstilstande, betændt slimsæk og væskeansamling.

Ofte vil man kombinere ultralydsskanning med binyrebarkhormonbehandling, da man kan stille diagnosen med større sikkerhed og tillige sikre, at indsprøjtningen ligger det rigtige sted.