

Bakre korsbåndsskade

VANLIG SKADEMEKANISME: Direkte slag forfra på leggbenet

Bakre korsbåndsskade er langt mer sjelden enn fremre korsbåndsskade. Det er i noen tilfeller en skade som overses. De fleste med bakre korsbåndsskade trenger ikke operasjon. De fleste tilfellene oppstår i forbindelse med trafikkulykker der leggbenet treffer

dashbordet i sammenstøtet. Skaden kan også forekomme i idretter som fotball, basketball, håndball og alpint. Det skal relativt store krefter til for å rive av bakre korsbånd, og man vil derfor ofte ha andre skader tillegg til korsbåndsskaden. En skade av bakre

korsbånd kan være komplett eller ukomplett. Med dette menes henholdsvis en fullstendig eller delvis avrivning av leddbåndet. Det bakre korsbåndet er dobbelt så sterkt som det fremre og hindrer at leggbenet glir for langt tilbake i forhold til lårbenet.

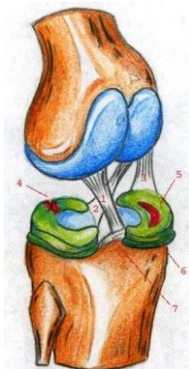


KJENNETEGN

Symptomer/tegn: Akutt smerte i kneet og det føles ustabil. Det blir raskt en hevelse i kneet. I noen tilfeller virker ikke problemene så store og skaden kan dermed overses.

Dersom kneet blir undersøkt kort tid etter skade, så vil leggbenet gli bakover i forhold til lårbenet (bakre skuffetest). Etter at hevelsen er kommet, er kneet vanskeligere å undersøke.

For bekreftelse av diagnosen og for utredning av skadeomfanget, benyttes MR-undersøkelse av kneet. På sykehus gjøres artroskopi for endelig diagnose.



BEHANDLING

Førstehjelp er avgjørende for å begrense en akutt skade. Så hurtig som mulig må POLICE prinsippet anvendes: (Protection, Optimal loading, Ice, Compression/trykkløst bandasje, Elevasjon)

Operasjon er den eneste måten å ordne et avrevet korsbånd, men ikke alle behøver operasjon.

Hos idrettsutøvere og personer med et fysisk yrke, foretrekker man å operere kneet. Dette er fordi opptrening tar lang tid, og at disse har større behov for fullstendig stabilt kne.

30 – 50 % av alle bakre korsbåndsskader bli operert. Sammensatte skader der flere strukturer i kneleddet er ødelagt, taler for snarlig operasjon.

De fleste blir bra etter behandling. Det er noe usikkerhet rundt langtidsprognosen fordi operasjonsteknikken som brukes er relativt ny.

I risikoidretter er det utviklet sportsspesifikke treningsprogram som skal forebygge korsbåndsskader. Dette er svært effektivt og bør prioriteres. På lengre sikt er det en tendens til at flere får problemer med ny ustabilitet i kneet. Personer med en korsbåndsskade har økt risiko for slitasje forandringer i kneleddet (artrose).