

Kragebeinsbrudd

VANLIG SKADEMEKANISME: Støt mot skulderen

Kragebeinsbrudd forekommer hyppig, spesielt hos barn og unge. Over halvparten av bruddene skjer hos barn under 12 år. Kragebeinsbrudd utgjør 5-10 % av alle brudd. Slike brudd er særlig hyppig i idrett, spesielt i kontaktidretter og sykling. Kragebeinsbrudd kan oppstå

som følge av direkte slag mot kragebeinet, støt mot skulderen fra siden og ved fallskader. Hos voksne kreves større kraft for å knekke kragebeinet. Tilheling skjer langsommere hos voksne enn hos barn, og risikoen for komplikasjoner er større. Kragebeinet beskytter store

underliggende blodkar, lunge og nervesenter. Et kragebeinsbrudd der bruddstykkene er ute av stilling (sjelden hos barn), kan skade disse strukturene på grunn av sin nærhet og sine skarpe kanter.



KJENNETEGN

Ved kragebeinsbrudd er det smerter over bruddstedet, og smertene forverres ved skulderbevegelser. Den skadde holder ofte armen inntil kroppen.

Det er som regel lett å se og føle bruddene. Det er viktig å vurdere om beinfragmentene trykker på huden og om det kan foreligge skade på lunge, blodårer eller nerver.



BEHANDLING

Røntgen bekrefter diagnosen. Ved betydelige feilstillinger eller mer omfattende skader bør tilstanden vurderes av spesialist (ortoped) for eventuell operasjon.

Førstehjelp er å holde det skadde stedet i ro inntil skaden er utredet av lege. Dette løses enklest ved bruk av et fatle.

Målet er å få best mulig tilheling av bruddet. Behandlingen er nesten alltid å holde armen i ro ved hjelp av fatle. Behandlingstiden er 2-4 uker, lenger for voksne enn for barn.

Operasjon gjøres dersom stor feilstilling eller ved fare for at beinfragmentene kan skade andre strukturer. Ved operasjon festes bruddene med plate og skruer.

Øvelser med pendel- og albuebevegelser bør starte så snart smertene tillater det. Gjerne etter 1 uke. Man kan da også forsøke å gå uten fatle.

Skulderbevegelser og styrkeøvelser kan starte når bruddet er tilhelet etter 4-6 uker. Man kan da også delta i ikke-kontakt idrett. Kontaktidrett bør man vente med i ca 2-4 måneder etter skadetidspunktet. Etter operasjon kan man starte fysisk aktivitet etter bare få uker. Tilstanden er forbundet med lite komplikasjoner.