

## Blokadebehandling

Anlæggelse af blokade med binyrebarkhormon og lokalbedøvelse sker for at dæmpe en irritationstilstand i og omkring væv. Dette kan være i led, knogler, muskler, sener og ledbånd.

Inflammationen opstår, fordi kroppen reagerer, hvis den bliver udsat for en uhensigtsmæssig hård eller forkert belastning. Tilstanden udløser ofte smerter og hæmmer fysisk udfoldelse.

De fleste blokader anlægges ultralydsvejledt. Ultralydsscanningen sikrer bedst mulig præcision ved anlæggelse af blokade.



### Forberedelse

Der er ingen forberedelser forud for en blokade. Blokaden består af en blanding af lokalbedøvelse og binyrebarkhormon (steroid). Lokalbedøvelsen virker ofte med det samme, og smerterne forsvinder eller bliver mærkbart mindre. Virkningen af lokalbedøvelsen svinder efter ca. 2-6 timer. Efterfølgende kan du opleve en lille forværring i symptomerne pga. binyrebarkhormonet. Disse smerter kan vare nogle døgn, og det kan være en god idé at tage noget smertestillende medicin.

Vanligvis er der effekt af blokaden i 4-6 uger. Hormonet virker ved at dæmpe irritationen (overbelastningsbetændelse) og blødgøre arvæv.

I nogle tilfælde er én blokade nok. I andre tilfælde bliver der behov for at gentage behandlingen efter 4-6 uger. Man kan lægge op til 3 blokader i samme område indenfor 1 år, men mere end dette frarådes.

I få tilfælde har patienten ingen effekt af blokade og i nogle tilfælde hjælper det kun kortvarigt. Man kan ikke på forhånd forudsige hvem der har effekt af blokade og hvem der ikke har.

### Sport

De første dage efter blokade skal du tage den med ro og ikke lave større fysisk aktivitet. Efter blokadeanlæggelse anbefales pause med løb i minimum 4 uger.

Blokader kan ikke stå alene, men skal følges op af aflastning, tilpasninger i træningen og effektiv udspænding. Drejer det sig om en overbelastning i forbindelse med dit arbejde, bør du ændre dette. Er det idræt, som har udløst overbelastningen, skal du justere træningsaktiviteten.

### Bilkørsel

Du må gerne køre bil når du har fået anlagt blokade.

## Mulige bivirkninger

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 blussen 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

Du er velkommen til at kontakte os for yderligere oplysninger.