

Kære kollega

Det fremgår at patienten henvises med henblik på behandling af akillessene tendinose.

Akillessene tendinose (dm76.6) er en degenerativ lidelse, som er hyppig hos løbere og personer, hvor spring/hop indgår i sportsaktiviteten. Tilstanden er kendetegnet ved gradvist tiltagende smerter og stivhed af Akillessenen, relateret til belastning. Forværres når patienten ignorerer smerterne og fortsætter med deres sportsaktivitet eller aflaster for kort tid. Objektivt findes en tenformet øm fortykkelse 3-6 cm over hæftet på tuber calcanei. Hos nogle er der akillessene forkortning. Der er ikke behov for billeddiagnostisk udredning ved de klassiske symptomer. Tilstanden kan være langvarig og der er hyppigt recidiv.

Differential diagnose: Insertionstendinit, hvor hævelsen og ømheden er lokaliseret til insertionen af akillessenen. Denne type overbelastningsskade er tilgængelig for kirurgi, og kan henvises efter forudgående rtg af calcaneus. Tendinit tilstand med diffus ensartet hævelse og rødme af senen er sjælden.

Behandling: konservativ, som evt. kan foregå vejledt af fysioterapeut:

1. Udspændingsøvelser, specifikt excentriske udspændingsøvelser og styrketræning
2. Indlæg med hælførhøjelse, i den initiale fase (2-4 uger) købes i sygepleje eller sko butik
3. Nedsættelse af aktivitets niveau – evt. pause i 4 uger og langsom øgning af aktivitet over 2 mdr.
4. Antiinflammatorisk medicin i en 2-4 ugers periode
5. I sjældne tilfælde kan anlægges en støvle i 4 uger til komplet immobilisering

Vi tillader os derfor at returnere henvisningen. I sjældne tilfælde med svære forkalkninger kan kirurgisk fjernelse af disse overvejes og patienten genhenvises.

Med venlig hilsen

Ortopædkirurgisk afdeling

Sygehus Sønderjylland