

PRF BLODPLADEBEHANDLING af sener



Information og vejledning til patienter i forbindelse med Platelet Rich Fibrin (PRF)

*A2 Reumatologi og Idrætsmedicin
Øverødvej 5, 2. sal
2840 Holte
Tlf.nr. 4820 0530
a2@a2privathospital.dk
www.a2privathospital.dk*



SENEKADER – FREMSKYND KROPPENS NATURLIGE HELING

Kroniske seneskader

Kroniske sene-skader såsom tennisalbue, akillesene-skader og svangsene-skader kan være en langstrakt og smertefuld affære. Smerterne stammer fra små bristninger i det bindevæv der holder musklerne ind til knoglen. Ved vedvarende overbelastning af vævet, bliver vævet irriteret, og der opstår en slags betændelsestilstand uden bakterier.

Tennisalbue

Tennisalbue associeres ofte med ketsjersporten, men langt de fleste tilfælde ses f.eks. hos VVS'ere og murere, der dagligt udføre tunge, monotone, drejende håndbevægelser i forbindelse med deres arbejde. En anden kilde til tennisalbue er ensformige bevægelser i forbindelse med kontorarbejde. Smerterne fører ofte til langtidssygemelding, og i sidste ende kan det betyde omskoling eller førtidspensionering.

Akillesene og svangsene

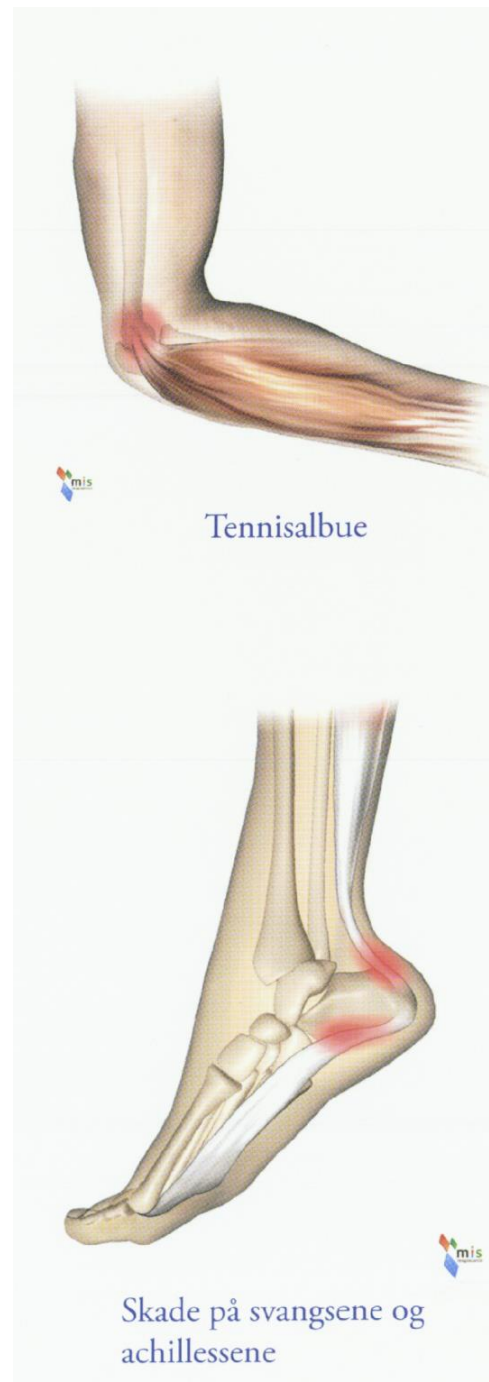
Kroniske skader på akillessenen eller svang-senen opstår ofte i forbindelse med løb eller gang. Således ses det ofte hos personer, der går meget på job f.eks. sygeplejersker og jordemødre. Andre i risikozonen er joggere og hundeluffere. Det kan også opstå, hvis man bærer hårde "dress"-sko, og især hvis man gennem længere tid negligere symptomerne.

Skaden gør det umuligt at gå eller løbe og vil med tiden blive et meget stort irritationsmoment, hvor smerterne og manglende mobilitet kommer til at fylde meget i ens tanker.

Knæskalsene irritation (Springerknæ)

Blandt idrætsudøvere der dyrker boldspil og ketchersport er kronisk overbelastning af knæets strækkesene et kendt problem der holder idrætsudøverne ude af sport i månedsvis. Det samme gør sig gældende for håndværkere og

handymen, der ikke bruger knæpuder ved knæliggende arbejde.



PRF - UDNYTTER KROPPENS EGNE VÆKSTFAKTORER

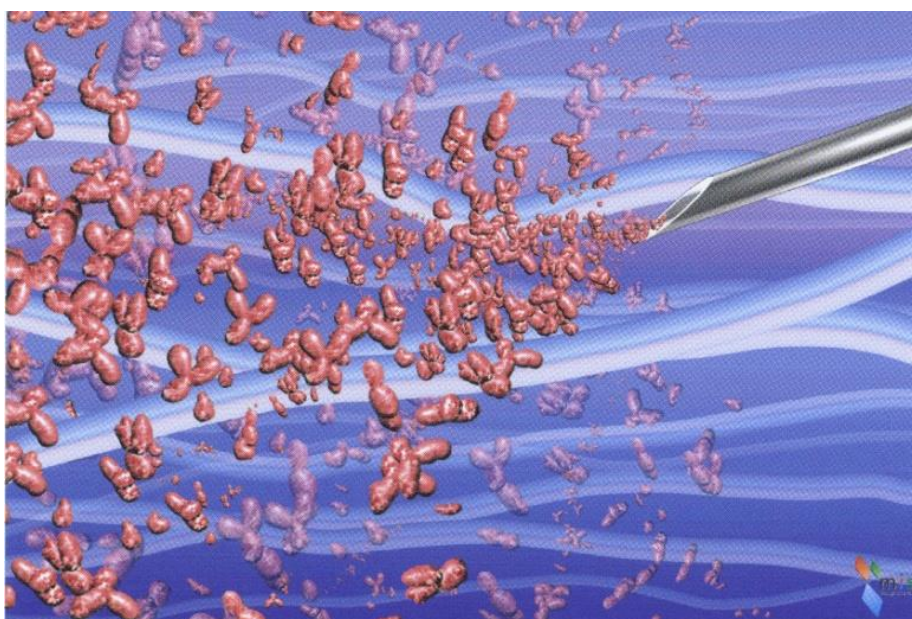
PRF-behandling fremskynder kroppen naturlige heling

Hvis den traditionelle behandling i form af aflastning, fysioterapi og blokade indsprøjtning af binyrebarkhormoner ikke hjælper, kan en PRF-behandling med blodpladeberiget serum fremskynde kroppens naturlige heling ved hjælp af vækstfaktorer udvundet af patientens egne blodplader. Populært kan man sige, at kroppen selv helbreder skaden ved at få tilført et koncentrat af kroppens egne vækstfaktorer, hvor der er akut brug for dem. Vækstfaktorerne ligger inde i blodpladerne, som isoleres, koncentrerer op og sprøjtes ind i den syge sene.

Vækstfaktorer udvundet af dit eget blod

Et voksent menneske indeholder mellem 4 og 5,5 liter blod. Blodet består dels af røde blodlegemer, som transporterer ilt til kroppens celler og fjerner kuldioxid, dels af hvide blodlegemer, som er en del af immunsystemet og endelig af blodpladerne, som er de mindste celler i serummet. Serummet er den væske, som blodet er opløst i.

Blodpladerne dannes i knoglemarven og lever i ca. 9 dage. Under normale omstændigheder flyder blodpladerne bare rundt i blodet, men hvis der går hul på et blodkar, er det blodpladerne, der først træder til og udbedrer skaden. Blodpladerne indeholder vækstfaktorer, som ved PRF-behandlingen aktiveres og helbreder skaden.



Ved at udvinde og aktivere vækstfaktorer fra dit eget blod, kan man sikre en hurtig heling af skaden.



PRF – VÆKSTFAKTORER UDVUNDET AF DIT EGET BLOD

Behandling

PRF er et centrifugeret blodkoncentrat med et ekstra højt indhold af blodplader og proteiner, der koagulerer efter få minutter. PRF har også et lille indhold af stamceller (1 – 2 %).

Vækstfaktorerne er opkoncentreret op til 20 X i modsætning til den almindelige IPRF behandling, hvor opkoncentrationen er 5 x.

Ved skader i albue indvendigt (golfalbue) og udvendigt (tennisalbue), svangsene (fasciitis plantaris), knæskalsenen (springerknæ) og akillessenen foregår ved 1-2 injektioner med 1,5-2,0 ml. PRF med 4 ugers mellemrum. Før den 2. injektion kontrolleres med ultralyd om behandlingen har slået an, og derefter besluttet det, om der skal gives mere behandling. Akillessenen er meget svær at stimulere til heling og kræver ofte meget længere opfølgningstid, op til flere år.

Som en almindelig blodprøve udtages 80 ml. blod fra en vene i din arm.

Blodet indeholder blodpladerne med de væksthormoner, der gavner helingen. For at skille blodet, så vi kan "høste" PRF til behandlingen, bruger vi et særligt medicinsk PRF-kit, som centrifugeres i 10 minutter, hvorved de røde blodceller adskilles fra de hvide celler, blodplader, proteiner og plasma. Efter centrifugering suges blodpladerne op i sprøjte, og PRF-serummet er klar til brug.

Området, der skal behandles, lokalbedøves først. Herefter indsprøjtes dit eget blodpladeberigede serum i den beskadigede sene. Injektionen foregår vejledt af ultralyd. Der stikkes flere steder i sene og senetilhæftning. Eftersom du er lokalbedøvet, vil du ikke kunne mærke smerter, men muligvis at det spænder. Ofte er det kun ét indstik gennem huden.



PRF – EFFEKTIV MOD KRONISKE SKAD

Efterbehandling

Du må ikke tage såkaldte NSAID-præparater (f.eks. Magnyl, Aspirin, Ibuprofen, Voltaren osv.) den første 1 uge – kun Panodil (Pamol).

De første 1 til 2 dage efter behandlingen kan der opstå moderate til svære smerter, værst ved behandling af senevæv.

Ofte vil du få udleveret stærk smertestillende medicin (morfin) til det første døgn, mange har dog ikke behov. Aflastning i skinne bliver nødvendig i de første uge ved senebehandling. De fleste kører selv i bil hjem efter behandling og går på arbejde den følgende dag. Afhængig af hvilken fysisk belastning du har i din hverdag, er der hos enkelte behov for en kortvarig sygemelding eller skånevilkår på job ca. 1 uge efter injektion.

Tennisalbue og golfalbue

Du får håndledsskinne på i 1-2 uger efter den første injektion og senere i 1 uge efter 2. injektion. Du må ikke løfte mere end 3 kg de første 8-12 uger. Efter 2. injektion eller efter 3 uger kan du starte genoptræning og udspændingsøvelser langsomt op igen med langsomt øget belastning. Genoptræning varer i 12 uger. Du skal til kontrol hos vores speciallæge i idrætsmedicin efter ca. +12 uger.

Svang- og akillessene

Du skal have en CAM-walker (støtte-støvle) på i først 2 uger og senere i 1 uge efter anden injektion. Derefter kan du langsomt starte genoptræningen, der varer i 10-24 uger. Du skal til kontrol hos vores speciallæge i idrætsmedicin efter ca. 12 uger.

Bivirkninger

Ingen kendte specifikke bivirkninger til PRF, men der er risiko for infektion og ruptur af senen som altid, når man giver injektionsbehandling, dette sker yderst sjældent. Risikoen for følgevirkninger er meget lille idet PRF udelukkende benytter sig af kroppens egne helingsmekanismer. Lokale smerter i knoglehinden eller senen kan bestå i nogle uger og er sjældne. Vi har ikke oplevet infektion blandt de ca. 3.500 patienter, som vi har behandlet.

Resultater

Alle speciallæger, der arbejder med kroniske sene-skader, ved, at det er særdeles vanskeligt at opnå symptomfrihed med den konventionelle behandling inkl. operation og blokadebehandling med binyrebarkhormon. Derfor har vi søgt efter nye muligheder, der flytter fokus fra uspecifik symptomlindring med binyrebarkhormon til en mere biologisk aktiv og varigt helende behandling. Vi har fokus på aflastning og senere genoptræning.

85% af patienter med sene-skader bliver symptomfri efter en enkelt behandlingsserie på 1-2 injektioner med tilhørende genoptræning indenfor et ½ år og de resterende 15 % opnår en væsentlig lindring. Størstedelen af helingen finder sted de første 12 uger, men der har vist sig at tilstanden gradvist forbedres over det kommende halve år og frem til et år efter behandlingen. Der kommer således sjældent tilbagefald, som man ofte ser det efter blokadebehandling med binyrebarkhormon

