**Pasientinformasjon**

**Helse og arbeid-poliklinikken
Bærum sykehus**

Telefon: 911 63 990| Sentralbord: 03525

**Råd til deg som har fått behandling med kortison injeksjon**

Vent 20 min på venterommet etter en injeksjon for observasjon, slik at vi kan hjelpe deg dersom du reagerer på preparatene i injeksjonen.

**Mulige bivirkninger**

Syntetisk kortison som brukes i forbindelse med injeksjon er et stresshormon, som kan øke blodsukkeret og fortynne blodet.

Dersom du har diabetes og bruker medisiner bør du derfor følge opp blodsukkeret ditt litt oftere den første uken med tanke på økt blodsukker.

Dersom du bruker blodfortynnende medisiner fra tidligere må du være litt observant på at injeksjonen også kan fortynne blodet ytterligere.

Kan også gi:

1. Flushing/varmefølelse.
2. Hjerteklapp. Dette kan øke ved karbohydratholdig drikke/mat.
3. Økt blødningstendens, ved f.eks menstruasjon eller dersom man skraper seg opp/får et sår.

**Informasjon**

* Ved injeksjon i et IS-ledd, hofte, kne eller fot/ankel er det viktig at du avlaster med krykker, men at du går som normalt som mulig (i 10-14 dager).
* Ved injeksjon i en slimpose/seneskjede i eller rundt hofte, kne eller fot/ankel, kan det være svært hensiktsmessig å avlaste med normal fotavvikling med krykker (i 4-5 dager).
* Ved injeksjon i et ledd/slimpose/seneskjede i skulder, albue eller fingre/hånd/håndledd er det viktig at du avlaster med fatle/ortose (i 4-5 dager).

**Tre prinsipper for å redusere behovet for flere (enn nødvendig) injeksjoner:**

1. Struktur for injeksjon får hvilt
2. Du får en påminnelse om at struktur skal hvile
3. Signaleffekten til omgivelsene hjelper deg med henhold til å få ekstra hvile og unngå unødig arbeid eller belastning.

Husk ellers å følge råd om sirkulasjon slik at du ikke stivner til. Det tar normalt 1-2 uker før du får fullverdig effekt av en kortisoninjeksjon.

**Ved mistanke om infeksjon**

Hvis du får økende feber og økende smerte, utover der kortison er injisert, kontakter du helsepersonell snarest. Dersom du ikke får tak i fastlege, kontakter du legevakt og informerer om at du mistenker infeksjon etter en injeksjon. Gi gjerne også beskjed til behandler som satte injeksjonen.