

# Lateral collateralligamentskada, behandlingsriktlinjer

- [Behandling](#)
- [Uppföljning](#)

## Behandling

### Konservativ behandling

Dessa skador har god prognos och behöver sällan opereras. Det tar dock ca 10-12 veckor innan LCL läker och man kan ha besvär från knät betydligt längre. Rehabiliteringen efter en LCL-skada är beroende på individuella faktorer som grad av sidovackling, smärta och svullnad med successivt ökad belastning.

Det är viktigt att uppmärksamma symptom från lateralsidan så att läkningsprocessen inte påverkas negativt.

[Lateral collateralligamentskada \(LCL\), Sjukgymnastiska behandlingsriktlinjer, Folkhälsa och sjukvård, Region Jönköpings län](#)

### Kirurgisk åtgärd

En LCL-skada grad I+II behandlas konservativt, men grad III-skadorna behöver opereras då det ofta är förenat med en kombinationsskada (främre eller bakre korsband, popliteussenan, kapsel). Operation förespråkas inom 3 veckor efter skadan då man har sett dåliga resultat av konservativt behandlade skador med posterolateral instabilitet grad III. Den komplexa anatomin ger diagnostiska svårigheter.

**Grad I:** Minimal skada, stabilt eller minimalt instabilt knä. 0-5 mm glapp.

**Grad II:** Måttlig instabilitet. 6-10 mm glapp.

**Grad III:** Uttalad instabilitet, komplett avslitning av ledbandet. >10 mm glapp.

## Uppföljning

Kontinuerlig uppföljning av behandlingsresultat via sjukgymnast.

---

### Mer information

Detta är en fördjupning till [Traumatiska knäskador](#)

---

**Uppdaterad:** 2019-11-22

Åsa Pettersson, Bra Liv Hälsan 2 vårdcentral, Vårdcentralerna Bra Liv  
[fakta@rjl.se](mailto:fakta@rjl.se)