



## [Leder](#)

Du har slemsäckar på många ställen i kroppen runt leder och senor. De är små vätskefyllda påsar som har till uppgift att skydda lederna och underlätta rörelserna. Slemsäckarna kan bli irriterade om en led eller sena överbelastas, eller om de utsätts för ett långvarigt tryck.

Slemsäcksinflammation kallas också för bursit och är vanligast i knän, axlar och armbågar. Du kan få [inflammationer](#) i slemsäckarna om du har en reumatisk sjukdom. Det är även möjligt att få en bakterieinfektion i en slemsäck, även om det är mindre vanligt.

Följande symtom är vanliga om du har en inflammation i en slemsäck:

- Du är svullen i eller kring en led.
- Det ömmar om du trycker mot svullnaden.
- Det gör ont när du anstränger [leden](#) eller [senan](#).

Du kan även ha en rodnad över svullnaden.

De allra flesta som får en slemsäcksinflammation behöver ingen behandling, eftersom den ofta läker av sig själv på ett par veckor.

Kontakta en [vårdcentral](#) om du har mycket ont eller om besvären inte går över på två veckor.

Kontakta genast en vårdcentral eller en [jouröppen mottagning](#) om du har feber och en svullen led. Om det inte går eller är stängt, sök vård på en akutmottagning.

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#) och hjälp med var du kan söka vård.

Många mottagningar kan du kontakta genom att [logga in](#).

Du bör försöka undvika all belastning på slemsäcken om orsaken till besvären är ett långvarigt tryck. Är orsaken överbelastning bör du minska belastningen på leden eller senan. Men det är ändå bra att fortsätta röra på leden utan att belasta den. Du kan ta [receptfria smärtstillande läkemedel](#) om du har mycket ont.

Du kan behöva få behandling med fysioterapi, även kallad sjukgymnastik, om besvären är långvariga. Du kan också få läkemedel mot inflammation eller en kortisonspruta.

Du kan [söka vård på vilken vårdcentral eller öppen specialistmottagning](#) du vill i hela landet. Ibland krävs det [remiss](#) till den öppna specialiserade vården.

Du ska få vara delaktig i din vård. För att kunna vara det behöver du [förstå informationen](#) som du får av vårdpersonalen. Ställ frågor om det behövs. Du ska till exempel få information om behandlingsalternativ och [hur länge du kan behöva vänta på vård](#).

Även barn ska få vara [delaktiga](#) i sin vård. Ju äldre barnet är desto viktigare är det.

Du har möjlighet att [få hjälp av en tolk om du inte pratar svenska](#). Du har också [möjlighet att få hjälp av en tolk om du till exempel har en hörselnedsättning](#).

Du som behöver [hjälpmedel](#) ska få information om vad som finns. Du ska också få veta hur du ska göra för att få ett hjälpmedel.

Senast uppdaterad:

2021-06-11

Redaktör:

Ernesto Martinez, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Rikard Viberg, läkare, specialist i allmänmedicin, Stockholm

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt. 1177 ger dig råd när du vill må bättre.

I

I

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).