

ENDURSKÖPUN BRJÓSTS MEÐ DIEP-FLIPA - DAGBÓK

NAFN _____ DAGSETNING AÐGERÐAR _____ ÁÆTLAÐUR ÚTSKRIFTARDAGUR _____

Dagbókin er til viðmiðunar og markmið hvers dags miðast við ástand og líðan hverju sinni.

Aðgerðardagur

Eftir aðgerð:

- Nota verkjakvarða við mat á verkjum. Láta vita ef verkur fer yfir 4 í hvíld.
- Bætt er á verkjaleyfingu í kvið.
- Fasta á mat og drykk.
- Öndunar- og fótaæfingar á klukkustundar fresti yfir daginn.
- Rúmlega til morguns. Hafa kotta undir hnám og hækkað undir höfði.

Fyrstu vikuna eftir aðgerð:

Ekki má lyfta hendi upp yfir höfuð eða setja álag á hendi aðgerðarmegin.

Ekki má rétta alveg úr sér þegar farið er fram úr.

Dagur 1

- Nota verkjakvarða við mat á verkjum. Láta vita ef verkur fer yfir 4 í hvíld.
- Bætt er á verkjaleyfingu í kvið.
- Fljótandi fæði í morgunmat og síðan almennt fæði. Ekki má borða milli mála en drekka má tæra drykki.
- Drekkja tvo tæra næringardrykki yfir daginn.
- Öndunar- og fótaæfingar á klukkustundar fresti yfir daginn.
- Vera í teygjusokkum.
- Hafa kotta undir hnám og hækkað undir höfði.
- Fara fram úr rúmi með aðstoð.

Dagur 2

- Nota verkjakvarða við mat á verkjum. Láta vita ef verkur fer yfir 4 í hvíld.
- Bætt er á verkjaleyfingu í kvið.
- Almennt fæði. Miða við að drekka meira en 1500 ml. Ekki má borða milli mála en drekka má tæra drykki.
- Drekkja tvo tæra næringardrykki yfir daginn.
- Fara á salerni innan fjögurra klst. ef þvagleggur hefur verið fjarlægður. Láta vita ef illa gengur að pissa eða lítið kemur af þvagi.
- Öndunar- og fótaæfingar á klukkustundar fresti yfir daginn.
- Vera í teygjusokkum og nota magabelti.
- Fara á göngu og miða við að vera á fótum eða sitja í stól í samtals 1-2 klst.

Fyrir hádegi

Eftir hádegi

Kvöld

Dagur 3

- Nota verkjakvarða við mat á verkjum. Láta vita ef verkur fer yfir 4 í hvíld.
- Líklegt er að verkjadreypi verði fjarlægt.
- Almennt fæði. Miða við að drekka meira en 1500 ml. Ekki má borða milli mála en drekka má tæra drykki.
- Drekkja tvo tæra næringardrykki yfir daginn.
- Öndunar- og fótaæfingar á klukkustundar fresti yfir daginn.
- Vera í teygjusokkum og nota magabelti.
- Miða við að vera á fótum eða sitja í stól í samtals 2-4 klst.

Fyrir hádegi

Eftir hádegi

Kvöld

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Engir verkir

Vægir verkir

Miðlungs verkir

Miklir verkir

Gríðarlegir verkir

Við mat á verkjum getur þú notað kvarðann hér fyrir ofan. Miðað er við að styrkur verkja fari ekki yfir 4 í hvíld.

ENDURSKÖPUN BRJÓSTS MEÐ DIEP FLIPA, DAGBÓK

NAFN _____

ÁÆTLAÐUR ÚTSKRIFTARDAGUR _____

Dagur 4

- Nota verkjakvarða við mat á verkjum.
Láta vita ef verkur fer yfir 4 í hvíld.
- Almennt fæði og drekka próteindrykki.
- Öndunar- og fótaæfingar
á klukkustundar fresti yfir daginn.
- Vera í teygjusokkum og nota magabelti.
- Fara í sturtu. Skipt verður um umbúðir
eftir sturtuna.
- Miða við að vera á fótum eða sitja í stól
í samtals 4-6 klst.
Fyrir hádegi
Eftir hádegi
Kvöld

Dagur 5

- Nota verkjakvarða við mat á verkjum.
Láta vita ef verkur fer yfir 4 í hvíld.
- Almennt fæði og drekka próteindrykki.
- Öndunar- og fótaæfingar
á klukkustundar fresti yfir daginn.
- Vera í teygjusokkum og nota magabelti.
- Miða við að vera á fótum eða sitja í stól
í samtals 4-6 klst.
Fyrir hádegi
Eftir hádegi
Kvöld

Dagur 6

- Nota verkjakvarða við mat á verkjum.
Láta vita ef verkur fer yfir 4 í hvíld.
- Almennt fæði og drekka próteindrykki.
- Öndunar- og fótaæfingar
á klukkustundar fresti yfir daginn.
- Vera í teygjusokkum og nota magabelti.
- Miða við að vera sem mest á fótum og
sitja í stól.
Fyrir hádegi
Eftir hádegi
Kvöld

Athugasemdir: _____

Gerðu ráðstafanir tímanlega varðandi það
hver sækir þig við útskrift af spítalanum.

Útskriftardagur

- Miðað er við að útskrifast fyrir hádegi.
- Útskriftarviðtal og farið yfir skriflegt
fræðslufni. Mælt er með að aðstandandi
sé viðstaddur.
- Fræðsla um notkun verkjalyfja eftir
heimferð.
- Fræðsla um umhirðu drens, ef þörf er á og
fá afhenta drenpoka til að taka með heim.
- Kennslu um gjöf blóðþynningarlyfs,
ef þörf er á.

Fyrir heimferð er:

- Lyfseðill sendur rafrænt í apótek.
- Afhentur endurkomutími hjá hjúkrunar-
fræðingi á göngudeild 10E.
- Afhentur endurkomutími hjá skurðlækni
á göngudeild 10E.

Athugasemdir: _____

0 **1** **2** **3** **4** **5** **6** **7** **8** **9** **10**

Engir
verkir

Vægir
verkir

Miðlungs
verkir

Miklir
verkir

Gríðarlegir
verkir

Við mat á verkjum getur þú notað kvarðann hér fyrir ofan. Miðað er við að styrkur verkja fari ekki yfir 4 í hvíld.