



# Útskaf úr legi

## Útskriftarfræðsla

### Verkir og verkjalyf:

Eðlilegt er að finna fyrir vægum túrverkjum í eina til tvær vikur eftir útskaf úr legi. Mælt er með parasetamóli og íbúprófeni til verkjastillingar fyrir þá sem þola það. Hámarksskammtar af parasetamóli eru 1 g þrisvar til fjórum sinnum á sólarhring og íbúprófeni 400 mg fjórum sinnum á sólarhring.

### Blæðingar:

Búast má við blæðingum frá leggöngum í allt að þrjár vikur eftir aðgerð. Stundum er nær engin blæðing og það er einnig eðlilegt. Ef þú ætlar að taka getnaðarvarnartöflur má byrja töku þeirra aðgerðardag eða daginn eftir, en einnig er í lagi að bíða eftir næstu blæðingum.

### Ráðleggingar eftir aðgerð:

- Forðastu samfarir meðan blæðir.
- Mælt er með sturtu en ekki baði/sundi meðan blæðir.
- Notaðu eingöngu bindi en ekki túrtappa/álfabikar meðan blæðing varir.
- Næstu eðlilegu tíðablæðingar ættu að hefjast eftir 4-6 vikur og geta þær orðið ríkulegri en vanalega.
- Ekki má aka bíl aðgerðardaginn vegna áhrifa svæfingarlyfja.
- Hafðu hægt um þig aðgerðardaginn.
- Oftast er hægt að snúa aftur til vinnu/skóla daginn eftir aðgerð.
- Ráðlagt er að hafa aðstandenda hjá sér fyrst eftir aðgerð til öryggis.
- Ekki er þörf á eftirskoðun eftir aðgerð.

## Hafa skal samband við móttöku kvenlækningadeildar næstu tvær vikurnar ef eftirfarandi hættumerki koma fram:

- Það blæðir ríkulega svo að stórt bindi fyllist (næturbindi eða sambærileg) á innan við 30 mínútum í meira en tvær klukkustundir.
- Nýrra verkja í kvið verður vart.
- Verkir svara ekki verkjalyfjum eða minnka ekki þrátt fyrir að blæðing sé hætt.
- Hiti er yfir 38°C.

### Símanúmer

Móttökudeild kvenlækninga er opin virka daga, kl. 8 – 16, sími 543-3224. Utan þess tíma má hafa samband við kvenlækningadeild 21A í gegnum skiptiborð Landspítala í síma 543-1000. Ef um brátt ástand er að ræða skal hafa samband við 112.

Starfsfólk kvenlækningadeildar

---

Vinsamlegast athugið að sjúkráhusið getur ekki borið ábyrgð á peningum eða öðrum verðmætum svo sem símum, tölvum o.fl. sem sjúklingar eða aðstandendur hafa meðferðis.

Athygli er vakin á því að starfsfólk og nemendur sjúkráhusins eru bundin þagnarskyldu og mega því ekki ræða um málefni sjúklinga á deildinni. Við viljum vinsamlegast biðja þig og aðstandendur þína að ræða ekki það sem þið kunið að verða vitni að eða heyrið um aðra sjúklinga.

Landspítali er kennsluspítali og nemendur í heilbrigðisfræðum og tengdum greinum stunda hluta af námi sínu á spítalanum. Nemendur fylgjast með og taka þátt í daglegri meðferð sjúklinga og eru alltaf á ábyrgð og undir handleiðslu leiðbeinenda sinna.

---

ÚTGEFANDI:

LANDSPÍTALI  
KVENLÆKNINGAÐEILD 21A  
JÚNÍ 2018  
LSH-

ÁBYRGÐARMENN:

YFIRLÆKNIR KVENLÆKNINGA,  
DEILDARSTJÓRI 21A

HÖNNUN:

SAMSKIPTAÐEILD