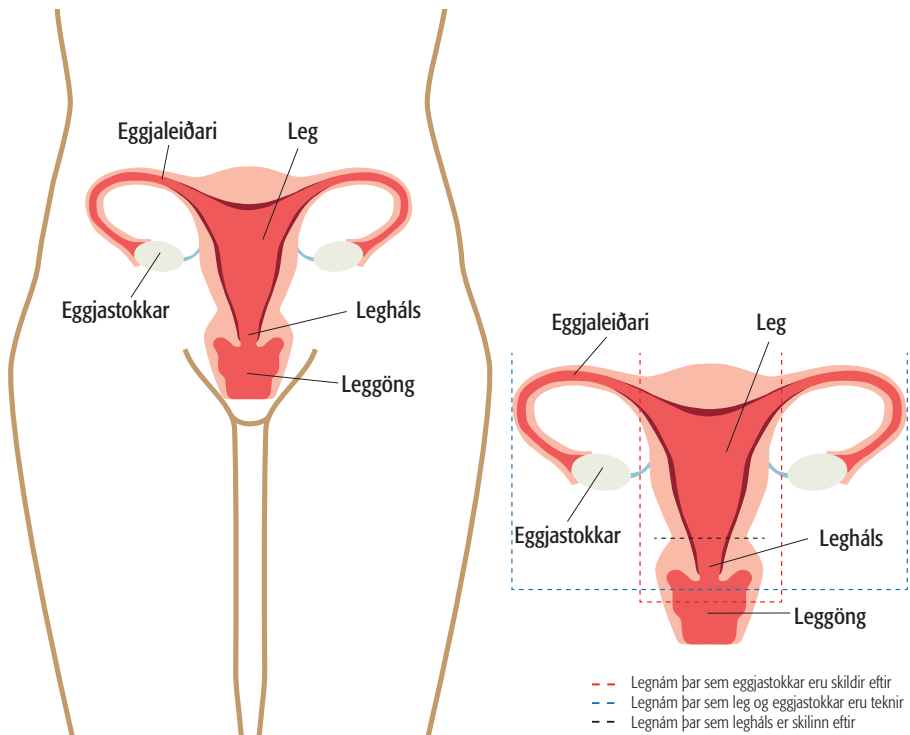


Legnám



Í aðgerðinni eru leg og legháls fjarlægð. Ef eggjastokkar eru eðlilegir eru þeir skildir eftir. Aðgerðin er ýmist gerð um leggöng, með kviðskurði, með kviðsjá eða með aðgerðarþjarki. Skurðlæknir velur viðeigandi aðferð hverju sinni.

Blóðþynningarlyf

Ef breyta eða stöðva þarf blóðþynningarmeðferð fyrir aðgerð er það gert í samráði við skurðlækni.

Næring

Gott er að byggja líkamann upp fyrir aðgerðina með því að borða næringarríkan mat, taka inn fjölvítamín og drekka orkuríka næringardrykki. Ráðleggingar um mataræði er að finna á heimasíðu Landlæknis.

Tóbaksnotkun

Reykingar, nikótín í rafrettum, nef- og munntóbaksnotkun hafa áhrif á bata eftir skurð- aðgerð, geta seinkað því að sár grói og aukið hættu á fylgikvillum aðgerðar. Mælt er með að hætta tóbaksnotkun fyrir aðgerð og vera tóbakslaus í að lágmarki tvær vikur eftir aðgerð. Hægt er að fá aðstoð hjá: „Ráðgjöf í reykbíndi“ og eftirfylgni í 12 mánuði eftir aðgerð. Starfsmaður spítalans hefur samband við ráðgjafarþjónustuna en eins má hringja í gjaldfrjálsa símanúmerið 800 6030. Einnig er bent á www.reyklaus.is

Aðstæður heima

Ef þörf er á aðstoð eftir útskrift vegna aðstæðna heima er gott að huga að því fyrir eða strax við innlögn. Hjúkrunarfræðingar deildarinnar geta aðstoðað við að fá dvöl á sjúkrahóteli og/eða heimahjúkrun. Einnig er hægt að leita til félagsráðgjafa um það sem snýr að félagslegum réttindum og þjónustu.

Undirbúningur fyrir aðgerð

Svæfingahjúkrunarfræðingur hringir nokkrum dögum fyrir aðgerð til að fara yfir heilsufar með tilliti til svæfingar og veita tækifæri til spurninga. Ef frekari rannsókna eða upplýsinga er þörf, er boðað í innskriftarviðtal á spítalanum fyrir aðgerðina. Gott er að hafa lyfjalista við höndina, því í símtalinu þarf að fá upplýsingar um hvaða lyf má taka fyrir aðgerðina. Sum lyf er óæskilegt að taka fyrir svæfingu. Ef vandamál hafa komið upp eftir fyrri svæfingar, til dæmis miklir verkir, ógleði eða uppköst, er mikilvægt að segja frá því.

Símaviðtal

Í símaviðtalinu verður spurt um:

- Fyrri reynslu af svæfingum
- Ofnæmi eða óþol fyrir lyfjum
- Hæð og þyngd
- Áfengisneyslu og reykingar
- Gervitennur og tannbrýr
- Heilsufar og sjúkdóma
- Lyfjanotkun, þar á meðal notkun náttúrulyfja og fæðubótarefna

Innskriftarviðtal

Ef áhættuþættir vegna svæfingar eða aðgerðar eru þekktir verður boðið til innskriftarviðtals við deildarlækni, svæfingalækni og hjúkrunarfræðing á kvenlækningadeild. Gera þarf ráð fyrir að innskrift taki 2-3 klukkustundir. Velkomið er að hafa aðstandanda með sér. Greiða þarf komugjald fyrir þjónustuna við innskrift.

- Farið er yfir lyfjalista og því þarf að taka með öll lyf sem tekin eru daglega eða lyfjakort.
- Spurt er um heilsufar, gerð læknisskoðun og fræðsla veitt um undirbúning fyrir aðgerðina.
- Tekin eru blóðsýni og aðrar rannsóknir gerðar ef þarf.
- Skila þarf þvagsýni við komu á spítalann.

Lyf og ofnæmi

Mikilvægt er að láta vita um ofnæmi fyrir lyfjum eða öðru. Svæfingalæknir ákveður hvaða lyf eigi að taka að morgni aðgerðardags.

Kvöldið fyrir aðgerð

Eftir kvöldmat kvöldið fyrir aðgerð þarf að hreinsa út ristilinn með því að nota hægðalosandi lyf í endaparm (Klyx). Lyfið fæst án lyfseðils í apóteki og er fylgt leiðbeiningum á fylgiseðli lyfs.

Fasta

Nauðsynlegt er að fasta fyrir aðgerð til að minnka hættu á fylgikvillum í tengslum við svæfingu. Löng fasta er ekki góð fyrir líkamann og fólki líður betur eftir aðgerð ef eftirfarandi leiðbeiningum er fylgt:

- Fá sér aukabita eða drykk áður en lagst er til svefns kvöldið fyrir aðgerð.
- Ekki má borða mat síðustu 6 klst. fyrir komu á spítalann.
- Óhætt er að drekka tæra drykki (1-2 glös í senn) þar til 2 klst. eru í komu á spítalann. Tær drykkur er t.d. vatn, tær ávaxtasafi, tærir orkuríkir drykkir og mjólkurlaust kaffi og te.
- Þegar á spítalann er komið veitir starfsfólk upplýsingar um hvort og hve lengi megi drekka fram að aðgerð.
- Ekki má nota tóbak síðustu 2 klst. fyrir komu á spítalann.

Fyrir komu á deild þarf að vera búð að:

- Nota hægðalosandi lyf (Klyx) kvöldið fyrir aðgerð
- Fasta á mat frá kl. 02:00, drekka má tæran drykk til kl. 06:00
- Fara í sturtu heima og hreinsa nafla vel
- Fjarlægja skartgrip og naglalakk
- Ekki nota húðkrem eða ilmefni
- Klæðast hreinum fötum

Við innlögn á deild er gott að hafa með sér snyrtivörur, tannbursta, inniskó, þægileg föt eða slopp og affþeygingarefni. Nota má farsíma en stilla þarf á hljóðlausa hringingu. Heimsóknartími deildar er kl.18:00-20:00. Nánustu aðstandendum er velkomið að koma á öðrum tíma en þá í samráði við starfsfólk deildar.

Hægt er að fá afnot af spjaldtölvu á deild án endurgjalds. Sjúklingar, aðstandendur og gestir á Landspítala geta fengið ókeypis aðgang að þráðlausu netsambandi fyrir eigin fartölvur, spjaldtölvur eða snjallsíma.

Aðgerðardagur

Mæting er á kvenlækningadeild 21A á 1. hæð kvennadeildarhúss Landspítala við Hringbraut kl. 07:15. Starfsmaður vitjar þeirra sem mæta til aðgerðar á biðstofu. Mikilvægt er að hafa meðferðis öll lyf sem tekin eru daglega. Ekki má taka inn eigin lyf nema í samráði við lækni eða hjúkrunarfræðing. Óvæntar aðstæður geta valdið því að aðgerðartími breytist.

Aðgerðin er ýmist gerð í svæfingu og/eða deyfingu og getur tekið 2-3 klukkustundir en það fer eftir eðli og umfangi aðgerðar. Ef mænudeyfing er hluti af svæfingaraðferðinni er hún lögð áður en svæft er. Eftir aðgerð fer sjúklingur á vöknunardeild í 2-3 klukkustundir og þaðan á legudeild 21A. Heimsóknir eru ekki leyfðar á vöknunardeild.

Fylgikvillar geta komið upp eftir aðgerð. Algengustu fylgikvillar eru blæðingar og sýkingar á skurðsvæði. Sjaldgæfari fylgikvillar eru áverkni á þvagegum, á meltingarvegi, taugaáverkar og blóðtappi.

Verkir

Þegar áhrif deyfingar hverfa má búast við að finna fyrir verkjum í kvið. Verkjalýf eru gefin í töfluformi á föstum tímum og eftir þörfum. Við mat á verkjum er notast við verkjakvarða þar sem 0 þýðir enginn verkur og 10 gríðarlegir verkir eða verstu hugsanlegu verkir. Láta þarf hjúrunarfræðing vita ef verkir aukast svo hægt sé að meðhöndla þá strax. Markmiðið er að vera vel verkjastillt og geta hreyft sig með góðu móti.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Engir verkir		Vægir verkir		Miðlungs verkir		Miklir verkir		Gríðarlegir verkir		

Næring

Vökvi er gefinn í æð fyrst eftir aðgerð en samdægurs má byrja að drekka. Líkur á fylgikvillum minnka ef vel gengur að borða strax eftir aðgerð.

Þvagleggur

Í aðgerðinni er settur upp þvagleggur sem er fjarlægður fljótlega eftir komu á deild. Fylgst er með þvaglátum fyrst eftir aðgerð og mælt með ómtæki hversu vel þvagblaðran tæmir sig.

Hreyfing

Hreyfing er mikilvæg eftir aðgerð, flýtir fyrir bata og bætir starfsemi hjarta og lungna. Hún dregur úr líkum á fylgikvillum og eykur maga- og þarmahreyfingar. Mælt er með að vera sem mest á fótum, ganga eða sitja í stól í að minnsta kosti tvær klukkustundir daginn sem aðgerðin er gerð og í 6-8 klukkustundir daginn eftir aðgerð.

Skurðsár og blæðing

Ef aðgerð er gerð með kviðskurði er skurðsári lokað með heftum og umbúðir settar yfir. Fylgst er með skurðsári og blæðingu frá því. Skipt er á umbúðum eftir þörfum. Ef aðgerð er gerð með kviðsjá eða aðgerðarþjarka eru 4-5 lítil skurðsár á kvið með saumum sem eyðast og ef aðgerð er gerð um leggöng eru eingöngu innri saumar. Búast má við smá blæðingum frá leggöngum fyrst eftir aðgerð.

Útskrift

Útskrift er áætluð 1-2 dögum eftir aðgerð, fer það eftir aðgerðartækni og líðan eftir aðgerð. Læknir veitir upplýsingar um aðgerðina. Fyrir heimferð veitir hjúrunarfræðingur útskriftarfræðslu.

Útskriftarfræðsla

Verkir og verkjalyf

Flestir finna fyrir verkjum eftir skurðaðgerð. Æskilegt er að taka verkjalyf reglulega (samkvæmt leiðbeiningum) fyrstu sjö dagana eftir aðgerð. Ef áður hefur borið á magabólguum eða magasári þarf að láta lækni eða hjúkrunarfræðing vita og forðast að taka bólgueyðandi lyf svo sem íbúfen eða Vóstar.

<p>Verkjalyf tekin reglulega:</p> <p>Lyf: Skammtur:</p> <p>Hversu oft á að taka lyfið?</p> <p>Lyf: Skammtur:</p> <p>Hversu oft á að taka lyfið?</p>	<p>Viðbótar-verkjalyf:</p> <p>Lyf: Skammtur:</p> <p>Hversu oft má taka lyfið?</p>
--	--

Skurðsár

- Við kviðarholsaðgerð er skurðsárinu lokað með málmheftum sem fjarlægð eru 7-10 dögum eftir aðgerð á móttökudeild 21A eða á heilsugæslu. Eðlilegt er að finna fyrir verkjum í kvið eða í kringum skurðsár fyrstu vikunar eftir aðgerð.
- Við kviðsjáraðgerð, aðgerð í þjarki eða legnám um leggöng eru notaðir saumar sem eyðast á 2-6 vikum.
- Fara má í sturtu sólarhring eftir aðgerð en ekki í baðkar eða sund fyrr en þremur vikum eftir aðgerð.

Þvaglát

Eftir aðgerðina getur verið erfiðara að tæma þvagblöðruna. Oftast er þetta tímabundið vandamál sem gengur yfir á nokkrum dögum eða vikum. Mælt er með að fara reglulega á salernið yfir daginn, á 3-4 klukkustunda fresti og gefa sér nægan tíma til að tæma þvagblöðruna. Það má ekki rembast til að tæma þvagblöðruna.

Blæðingar og kynlíf

Blætt getur frá leggöngum í 2-3 vikur eftir aðgerð. Innvortis saumar eyðast á 2-6 vikum. Æskilegt er að nota bindi í stað túrtappa eða álfabikars meðan á blæðingum stendur. Óhætt er að hafa samfarir sex vikum eftir aðgerð. Ef upp koma vandamál er hægt að ræða það í endurkomuviðtali hjá skurðlækni.

Hormónamedferð eftir aðgerð

Ef eggjastokkarnir eru fjarlægðir getur þurft hormónamedferð eftir aðgerð en það er rætt í útskriftarviðtali fyrir heimferð.

Grindarbotnsæfingar

Mikilvægt er að byrja að gera grindarbotnsæfingar 10-14 dögum eftir aðgerð til að styrkja grindarbotninn. Hjúkrunarfræðingur eða sjúkraþjálfari afhendir fræðslufni um grindarbotnsæfingar.

Hægðir

Hægðatregða er algeng eftir aðgerðina. Hægt er að koma í veg fyrir hægðatregðu með því að hreyfa sig reglulega, borða trefjaríka fæðu, ávexti og grænmeti og drekka vel af vatni yfir daginn. Það getur hjálpað að drekka glas af sveskjusafa að morgni, borða gróft brauð og þurrkaða ávexti. Stundum getur reynst nauðsynlegt að taka inn hægðamykjandi lyf t.d. Magnesia medic.

Vinna og hreyfing

Ráðlögð hvíld frá vinnu er 2-4 vikur og fer það eftir ástæðu aðgerðar og aðgerðartækni. Aldur, líkamleg og andleg líðan og hvernig starf er stundað hefur allt áhrif. Varast ber að lyfta þungu (yfir 10 kg) fyrstu 3-4 vikurnar eða stunda þyngrri líkamlega áreynslu svo sem þrekæfingar, hlaup, hjólreiðar og erfið heimilisstörf. Dagleg hreyfing og gönguferðir eru góður kostur.

Ekki er ráðlegt að aka bíl ef morfinskyld lyf eru tekin við verkjum.

Svefn

Búast má við þreytu og úthaldsleysi fyrstu vikurnar eftir aðgerð. Gott er að stefna að 7-8 klukkustunda nætursvefni og hvíla sig yfir daginn ef þörf krefur. Góð næring, hreyfing, slökun og verkjamedferð getur dregið úr þreytu.

Hafa þarf samband við móttöku kvenlækningadeildar ef eftirfarandi hættumerki koma fram fyrstu tvær vikurnar eftir aðgerð:

- Líkamshiti er hærri en 38°C.
- Óeðlilegar og kröftugar blæðingar.
- Illa lyktandi útfærð.
- Miklir verkir í kvið sem verkjalyf slá ekki á.
- Sviði, verkir yfir lífbeini og tíð þvaglát.
- Vessi, roði, bólga og hiti í skurðsárinu.
- Ógleði og uppköst.

Ef erindið getur ekki beðið til næsta dags má hafa samband við skiptiborð Landspítala í síma 543 1000 og biðja um samband við símavakt kvenlækningadeildar 21A.

Ef um brátt ástand er að ræða á að hafa samband við 112.

Símanúmer

- | | |
|---|----------|
| • Móttaka kvenlækningadeildar 21A, opin virka daga frá kl. 8-16 | 543 3224 |
| • Skiptiborð Landspítala (símavakt bráðaðþjónustu kvennadeilda) | 543 1000 |

Hafa má samband við kvenlækningadeild fyrstu tvær vikur eftir aðgerð en eftir þann tíma er ráðlagt að hafa samband við heilsugæslu.

Starfsfólk kvenlækningadeildar óskar þér góðs bata.

Vinsamlegast athugið að sjúkrahúsið 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 sjúkrahússins 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 kennslspítali 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.