

# Bæklunarskurðaðgerð - gifs

## Útskriftarfræðsla

### Gifs

- Gifs er ýmist notað til hvíldar á lið vegna verkja, sem meðferð við beinbroti eða sem hluti meðferðar eftir skurðaðgerð.
- Halda þarf gifsinu þurru og hreinu. Þegar farið er í sturtu þarf að setja gifsaðan útlím í plast og líma vel fyrir. Hægt er að fá sérstaka poka og plástur í apótekum, en einnig má notast við venjulega sterka plastpoka.
- Gifsíð er bólstrað með gifsbómull og svampi til að koma í veg fyrir að það særi. Útlímur í gifsi rýrnar óhjákvæmilega. Ef hægt er að hreyfa útlíminn í gifsinu eitthvað að ráði þarf hugsanlega að skipta um gifs.
- Kláði er algengur undir gifsi en forðast þarf í lengstu lög að nota áhöld til að klóra sér vegna hættu á sáramyndun og sýkingu.
- Ef skurðsár er undir gifsi þarf að taka hefti eða sauma eftir 2-3 vikur. Endurkomutími er afhentur fyrir útskrift af deildinni.

### Verkir og verkjalyf

- Ef þörf er á verkjalyfjum er lyfseðill sendur rafrænt í apótek. Taka skal verkjalyf samkvæmt leiðbeiningum á lyfseðli. Yfirleitt er heppilegast að taka verkjalyfin reglulega yfir daginn en ekki bíða þar til verkirnir eru orðnir slæmir.
- Gera má ráð fyrir að smám saman dragi úr verkjum 3-5 dögum eftir aðgerð eða eftir að gifs var lagt á. Er þá rétt að byrja að minnka inntöku verkjalyfjanna.
- Hægðatregða er algeng aukaverkun sterkra verkjalyfja. Hreyfing, næg vökvainntekt og trefjaríkt fæði vinna gegn þessu. Einnig má kaupa hægðalyf án lyfseðils í apóteki.

### Hvöld og hreyfing

Mikilvægt er að hafa jafnvægi milli hvíldar og hreyfingar. Fylgja skal leiðbeiningum lækni og sjúkraþjálfara. Gott er hafa hátt undir útlím sem er í gifsi til að forðast bjúgsöfnun og minnka verki. Ef verkir trufla svefn er gott að taka verkjalyf fyrir nóttina.

### Blóðþyning

Ef lækni hefur fyrirskipað blóðþyningarsprautur þarf að nota sprautur í að minnsta kosti vikutíma eftir aðgerð. Hjúkrunarfræðingur kennir á sprauturnar og lækni skrifar lyfseðil fyrir því magni sem á að nota.

### Endurkoma

Endurkomutími er gefinn fyrir útskrift af deildinni. Læknar eru með móttöku á göngudeild G3 á Landspítala í Fossvogi. Vinnu má hefja í samráði við lækni.

#### Hafa skal samband ef:

- líkamshiti verður hærri en 38,5°
- stöðugir eða versnandi verkir þrátt fyrir verkjalyfjagjöf
- dofi í fingrum/tám á gifsuðum útlím
- aukinn þrýstingur og hiti er á skurðsvæði

**Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja ef spurningar vakna.**

Bæklunarskurðlækningadeild B5 sími 543 7470, Landspítala Fossvogi  
Bæklunarskurðlækningadeild B6 sími 543 7600, Landspítala Fossvogi