

Magahjáveituaðgerð (Gastric bypass)

Lesið vandlega gegnum þetta skjal áður en þið komið í innskriftarheimsókn fyrir aðgerð. Skrifið gjarnan niður spurningar og hugleiðingar sem þið viljið ræða.

Undirbúningur fyrir aðgerð

Innskrift

Innskriftarmiðstöð 10E er í kjallara Landspítala við Hringbraut. Hafa skal með öll lyf sem tekin eru daglega eða lyfjakort.

Viðtal

Á innskriftarmiðstöð fer fram viðtal við lækni skurðlækningadeildar, svæfingalækni, hjúkrunarfræðing, sjúkraþjálfara og næringarráðgjafa. Spurt verður um heilsufar, gerð lækni skoðun og fræðsla veitt um undirbúning fyrir aðgerðina. Gera þarf ráð fyrir að innskriftin taki 3–4 klukkustundir og fyrir hana þarf að greiða komugjald.

Rannsóknir

Tekið er blóðsýni og aðrar rannsóknir gerðar ef þörf er á.

Öndunaræfingar

Öndunar- og fótaæfingar eru mikilvægir þættir í bataferlinu. Sjúkraþjálfari kennir æfingarnar.

Lyf og ofnæmi

Mikilvægt er að láta vita um allt ofnæmi fyrir lyfjum eða öðrum efnum. Nauðsynlegt er að sem bestar upplýsingar fáiast um alla lyfjatöku, líka nýlega lyfjakúra. Hafa skal öll föst lyf í upprunalegu umbúðunum með í innskriftarheimsóknina. Allri töku náttúrameðala og fæðubótarefna skal hætt a.m.k. 14 dögum fyrir aðgerð. Sum þeirra geta aukið áhættu við aðgerðir, t.d. blæðingarhættu. Ekki er hægt að ábyrgjast öryggi slíkra efna. Þeir sem telja sig ofnota eða misnota lyf eða áfengi skulu hafa samband við innskriftarmiðstöð og ræða það. Ef um slíkt er að ræða er mjög varasamt að gangast undir þessa aðgerð fyrr en eftir árangursríka meðferð. Gætt er trúnaðar um slíkar upplýsingar jafnt sem aðrar.

Tóbaksnotkun

Reykingar, nef- og munntóbaksnotkun hafa áhrif á bata eftir skurðaðgerð og geta seinkað því að sár grói og aukið hættu á fylgikvillum aðgerðar. Því er mikilvægt að hætta tóbaksnotkun 6-8 vikum fyrir aðgerð og vera tóbakslaus í að lágmarki tvær vikur eftir aðgerð. Þeir sem nota tóbak eru hvattir til að hætta og geta fengið aðstoð hjá: „Ráðgjöf í reykbindindi“ og eftirfylgni í 12 mánuði eftir aðgerð. Starfsmaður spítalans hefur þá samband við ráðgjafarþjónustuna en eins má hringja í gjaldfrjálsa símanúmerið 800 6030. Einnig er bent á www.reyklaus.is.

Fasta fyrir aðgerð

Tilgangur föstu er að draga úr hættu á bakflæði magainnihalds ofan í lungu í tengslum við svæfingu. Slíkt getur leitt til lífshættulegrar lungnabólgu. Því er mjög mikilvægt að fara nákvæmlega eftir þessu:

- **Ekki má borða mat frá kl. 20 kvöldið fyrir aðgerð.**
- **Drekka má til kl. 24 kvöldið fyrir aðgerð.**
- Ekki má nota tóbak síðustu 2 klst. fyrir aðgerð.
- Svæfingalæknir metur hvaða lyf eigi að taka að morgni aðgerðardags.

Gott er að hafa með sér snyrtivörur, tannbursta, inniskó, slopp, þægileg föt og afþreyingarefni. Nota má farsíma en stilla þarf á hljóðlausa hringingu. Athuga að taka ekki með óþarfa verðmæti.

Aðgerðardagur

Fara þarf í **sturtu** heima að morgni aðgerðardags. Ekki má bera krem á líkamann eftir sturtuna og fjarlægja þarf alla skartgripa (þar með talið "piercing"), andlitsfarða og naglalakk.

Mæta á dagdeild 13D á 3. hæð Landspítala við Hringbraut að morgni aðgerðardags og hafa með öll lyf sem tekin eru daglega.

Undirrita þarf samþykki fyrir aðgerð og svæfingu ef það er ekki búið. Óvæntar aðstæður geta valdið því að aðgerðartími breytist.

Eftir aðgerð tekur við dvöl á vöknun í um 2 klukkustundir þar sem fylgst er náið með líðan sjúklings, síðan fer hann á legudeild 13G. Heimsóknir á vöknun eru ekki leyfðar, en nánasta aðstandanda er velkomið að hringja og fá upplýsingar. Dreypa má á tærum drykk þegar komið er á deild. Daginn eftir aðgerð er boðið upp á fljótandi fæði. Sérfræðingur og næringarráðgjafi hafa hópviðtal á setustofu fyrir hádegi. Útskrift er í framhaldi af því nema þörf sé talin á frekara eftirliti.

Hreyfing

Hreyfing er mikilvæg eftir aðgerð til að flýta fyrir bata og bæta starfsemi hjarta og lungna, hún dregur úr líkum á fylgikvillum eins og blóðtappa eða lungnabólgu. Sjúklingur fer á fætur við komu á deild og þarf að vera duglegur að hreyfa sig eftir það. Hreyfing fljótlega eftir aðgerð minnkar þörf á verkja- og ógleðilyfjum og eykur maga- og þarmahreyfingar. Starfsfólkið aðstoðar sjúkling við að setjast upp og hreyfa sig reglulega. Best er að vera sem mest á fótum, ganga eða sitja í stól í að minnsta kosti 6-8 klukkustundir á sólarhring.

Útskrift

Útskrift er daginn eftir aðgerð, nema í undantekningartilvikum ef þörf er talin á frekara eftirliti. Sjúklingar sem búa fjarri höfuðborginni þurfa að útvega sér nálægan samastað í a.m.k. 4-5 daga eftir útskrift. Hægt er að panta dvöl á sjúkrahóteli í samráði við innskriftarmiðstöð.

Verkir

Verkjalyf eru gefin í og eftir aðgerð. Markmið er að vera verkjalítill, geta hreyft sig, farið í gönguferðir og andað djúpt með góðu móti. Mikilvægt er að draga úr verkjum eins og kostur er því þeir geta seinkað bata. Eftir heimkomu skal reglulega tekið verkjalyf samkvæmt fyrimælum læknis til að ná þessum markmiðum. Farið er nánar í þessi atriði í hópsamtali fyrir útskrift. Ef verkir eftir heimkomu eru mjög miklir eða virðast óeðlilegir á einhvern hátt er mikilvægt að hafa samband við deildina og/eða leita á bráðamóttöku.

Fyrir útskrift þarf að vera búið að fá:

- útskriftarfræðslu
- rafræna lyfseðla fyrir verkjalyfjum og magalyfi
- endurkomutíma á göngudeild 10E
- vottorð fyrir vinnuveitanda
- ferðavottorð fyrir þá sem búa utan höfuðborgarsvæðisins

Lyf eftir aðgerð

Magasýruhemjandi lyf samkvæmt rafrænum lyfseðli skal taka í tvo mánuði eftir aðgerð. Önnur lyfjataka verður rædd við útskrift. Meginreglan er að taka öll lyf eins og fyrr, undantekning eru sykursýkilyf. Þeir sem taka insúlín ættu að ræða aðgerðina og notkun á insúlíni eftir aðgerðina við sinn lækni áður en til aðgerðar kemur. Meginreglan er að hætta töflum og/eða langverkandi insúlíni og nota stuttvirkt insúlín eftir blóðsykurmælingum.

Matur og drykkur

Nauðsynlegt er að fara nákvæmlega eftir ráðleggingum næringarráðgjafa. Drekkja skal fljótandi fæði í 3 vikur og maukað fæði í 2 vikur. Mikilvægt er að vökvainntaka sé að lágmarki einn og hálfur lítri á sólarhring. Ef byrjað er á fastri fæðu of snemma getur það leitt til rofs á garnatengingum og þar með lífshættu. Byrja skal að taka vítamín samkvæmt ráðleggingum næringarráðgjafa.

Skurðsár

Skurðsár eru saumuð með földum saumi sem eyðist. Yfir þeim eru litlir plástrar (steristrip) sem gott er að hafa yfir sárnum þar til þeir detta af. Óhætt er að fara í sturtu sólahring eftir aðgerð en forðast þarf að nudda sárin. Mikilvægt er að þerra vel á eftir. Ekki er ráðlagt að fara í baðkar eða sund fyrstu 3 vikurnar eftir aðgerð. Forðast ber alla óparfa snertingu við sárin.

Hreyfing

Hreyfing er nauðsynleg eftir aðgerð til að flýta fyrir bata. Nauðsynlegt er að fara í göngutúra daglega. Stafganga er afbragðs hreyfing í þessu skyni. Flestir hafa lært hana við undirbúninginn, annars er gott að læra hana nú þegar. Byrja má í líkamsrækt eftir 4–6 vikur. Eftir aðgerð tekur við tímabil með næringarskort. Þá gengur ekki aðeins á fituvef heldur einnig vöðva. Þá verður að styrkja og vernda með því að gera reglulegar vöðvastyrkjandi æfingar, helst undir leiðsögn þjálfara svo rétt sé að farið. Ef þessu er ekki sinnt er von á vandræðum eins og bakverkjum.

Hárlos

Hárlos veldur mörgum áhyggjum eftir aðgerð en það er eðlilegt merki um næringarskortinn og gengur yfir. Ekki er þörf að taka önnur bætiefni gegn hárlosi en þau sem næringarfræðingur hefur þegar ráðlagt.

Vinna

Æskilegt er að taka sér frí frá vinnu í allt að 4 vikur eftir aðgerð og vottorð þar að lútandi er gefið í tengslum við útskrift. Byrja má að vinna fyrr ef það þykir skynsamlegt. Vinnu fylgir oftast æskileg hreyfing og athafnasemi.

Símanúmer:

Innskriftarmiðstöð 10E	543 2200
Dagdeild 13D, opin virka daga kl. 7 til 19	543 7480
Legudeild 13G	543 7360
Göngudeild 10E	543 2200

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja ef spurningar vakna.

Vinsamlegast athugið að sjúkrahúsið getur ekki borið ábyrgð á peningum eða öðrum verðmætum svo sem sínum, 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 heyra 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.