

Aðgerð í munnholi

Í aðgerðinni er góðkynja eða illkynja mein í munnholi eða koki skorið burt með laser eða öðrum aðferðum. Ef um krabbamein er að ræða er reynt að taka 1-2 cm af svæðinu umhverfis mein, til að auka líkur á að allur skemmdur vefur náist. Því getur skurðsárið orðið nokkuð stórt þó meinið sé lítið. Aðgerðin er gerð í svæfingu.

Blóðþynningarlyf

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

Náttúru- og fæðubótarefni

Ráðlagt er að hætta notkun allra náttúru- og fæðubótarefna tveimur vikum fyrir aðgerð þar með talið lýsis og Omega 3, þar sem þau geta aukið hættu á blæðingu í aðgerð og haft áhrif á verkun lyfja sem notuð eru við svæfingu. Óhætt er að taka áfram inn fjölvítamín og steinefni.

Næring

Gott næringarástand flýtir fyrir bata og getur minnkað líkur á fylgikvillum aðgerðar. Gott er því að borða næringarríkan mat, taka inn vítamín og drekka orkuríka næringardrykki dagana fyrir aðgerð.

Tóbaksnotkun og rafrettur

Reykingar, nef- og munntóbaksnotkun og nikótín í rafrettum 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 leitað aðstoðar á heilsugæslustöðvum eða á www.heilsuvera.is (netsjall, símaráðgjöf og fræðsluefni).

Aðstæður heima

Ef aðstæður heima fyrir eru þannig að þörf er á aðstoð eftir útskrift, er gott að huga að því fyrir eða strax við innlögn. Hjúkrunarfræðingar geta aðstoðað við að fá dvöl á sjúkrahótel, heimilishjálp og/eða heimahjúkrun.

Undirbúningur fyrir aðgerð

Innskrift

Þegar aðgerðardagur nálgast er sjúklingur boðaður í innskrift á innskriftarmiðstöð á göngudeild skurðlækninga B3 á Landspítala í Fossvogi. Hafa þarf með öll lyf sem tekin eru daglega eða lyfjakort. Þar fer fram viðtal við hjúkrunarfræðing, lækni háls-, nef- og eyrnadeildar og svæfingalækni. Spurt verður um heilsufar, gerð læknisskoðun og fræðsla veitt um undirbúning fyrir aðgerðina. Gera þarf ráð fyrir að innskriftin taki 2–3 klukkustundir og fyrir hana þarf að greiða.

Rannsóknir

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

Lyf og ofnæmi

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

Kostnaður

Fyrir þjónustuna á innskriftarmiðstöð þarf að greiða.

Kvöldið fyrir aðgerð

Fasta

Nauðsynlegt er að fasta fyrir aðgerð til að minnka hættu á fylgikvillum í tengslum við svæfingu. Löng fasta er þó 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 svefnis 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 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.

Annar undirbúningur

Við innlögn á deild er gott að hafa með sér snyrtivörur, tannbursta, innískó, þægileg föt og afþreyingarefni. Notaðu má farsíma en stilla þarf á hljóðlausu hringingu.

Aðgerðardagur

Sturta

Nauðsynlegt er að fara í sturtu áður en komið er á spítalann. Klæðast þarf hreinum fötum eftir sturtuna og ekki má nota svitalyktareyði, krem, andlitsfarða, ilmeftni, naglalakk eða skartgrip. Einnig þarf að burstu tennur vandlega og skola munn með klórhexidín munnskoli sem dregur úr hættu á sýkingum. Munnskolið fæst í apótekum.

Mæting er á dagdeild A5 á 5. hæð Landspítala í Fossvogi á umsömdum tíma að morgni aðgerðardags.

Óvæntar aðstæður geta valdið því að aðgerðartími breytist. Aðgerðin er gerð í svæfingu og tekur 1-3 klukkustundir. Skurðlæknir hefur samband við aðstandanda að aðgerð lokinni ef þess er óskað. Gott er að hafa einn aðila úr fjölskyldunni sem tengilið við spítalann. Eftir aðgerð fer sjúklingur á vöknunardeild í nokkrar klukkustundir og þaðan á legudeild. Heimsóknir eru ekki leyfðar á vöknunardeild, en nánustu aðstandendum er velkomið að hringja.

Eftir aðgerð

Verkir

Mikilvægt er að draga úr verkjum eins og kostur er því verkir geta seinkað bata. Verkjalyf eru gefin eftir þörfum. Sjúklingur metur styrk verkja á verkjakvarða þar sem 0 þýðir enginn verkur og 10 gríðarlegir verkir eða verstu hugsanlegu verkir. Ef verkur er til staðar þrátt fyrir verkjalyf er mikilvægt að láta vita. Markmiðið er að vera vel verkjastilltur og geta hreyft sig með góðu móti án teljandi verkja.

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

Matur og drykkur

Yfirleitt þarf að fasta á mat og drykk á aðgerðardaginn og stundum lengur. Meðan fastan varir er gefinn vökvi í æð. Til að hlífa skurðsárum og minnka hættu á sýkingu er fyrst gefinn fljótandi matur sem ekki inniheldur mjólk og síðan mjúkur eða maukaður matur. Ekki má nota sogrör vegna sauma í munni og forðast þarf heita drykki og súpur fyrstu dagana eftir aðgerð. Næringsfræðingur veitir ráðleggingar um mataræði eftir útskrift ef þörf er á.

Ógleði

Sumir finna fyrir ógleði eftir aðgerðina. Mikilvægt er að láta vita strax ef ber á ógleði svo hægt sé að veita viðeigandi meðferð.

Þvaglát

Eftir svæfingu getur borið á þvagregðu og því er mikilvægt að reyna að pissa fljótlega eftir komu á deild. Ef ekki gengur að pissa eða lítið kemur af þvagi þarf að láta vita.

Skurðsár

Skurðsár í munnholi eru saumuð með saumi sem eyðist. Í einstaka tilvikum eru settar umbúðir í munnholið og gómur yfir þær. Bursta þarf tennurnar með mjúkum tannbursta og skola munn með klórhexidín munnskoli þrisvar á dag. Til að minnka hættu á sýkingu er mikilvægt að skola munninn með hreinu vatni eftir máltíðir. Ef mikil vökvasöfnun verður í munnholinu eða uppköst getur þurft að soga vökvann í burtu. Búast má við bólgu á skurðsvæði fyrst eftir aðgerð en hún ætti að minnka eftir um tvo sólarhringa.

Hreyfing

Hreyfing er mikilvæg eftir aðgerð til að flýta fyrir bata og minnka hættu á myndun blóðtappa. Fara má fram úr rúmi samdægurs en eftir svæfingu er alltaf ráðlagt að fyrsta fótaferð sé í fylgd starfsmanns deildar. Höfðalag þarf að vera hækkað í 45° fyrsta sólarhringinn eða lengur til þess að draga úr bólgu á skurðsvæði. Algengt er að finna fyrir stífleika í öxlum og þá er mikilvægt að reyna að slaka á öxlum og sumum þykir gott að nota heilsukodda.

Tjáning

Vegna bólgu og skurðsárs í munnholi getur verið erfitt að tala fyrst eftir aðgerðina. Ef svo er getur verið gott að hafa samskipti skrifleg með því að nota blað eða snjalltæki.

Fylgikvillar

Ef fylgikvillar koma upp eftir aðgerðina getur það lengt sjúkrahúsdvölinu. Helstu fylgikvillar eru blæðing frá skurðsári og sýking.

Útskrift

Útskrift er áætluð 1-4 dögum eftir aðgerð.

Fyrir útskrift þarf að vera búíð að fá:

- Útskriftarfræðslu
- Viðtal við næringarfræðing ef þörf er á
- Upplýsingar um lyf og töku lyfja eftir að heim er komið
- Endurkomutíma hjá skurðlækni

Útskriftarfræðsla

Lyf við útskrift

Lyfseðill fyrir verkjalyfjum er sendur rafrænt í apótek. Einnig metur læknir hvort þörf sé á sýklalyfjum.

Verkir

Búast má við að finna fyrir verkjum í skurðsvæði en smátt og smátt dregur úr þeim og ættu þeir að jafna sig á einni viku. Sjá fylgiblað um verkjameðferð eftir skurðaðgerð.

Skurðsár

Saumar í munnholi eyðast af sjálfu sér. Ef umbúðir eru í munnholi eru þær fjarlægðar í endurkomutíma hjá lækni.

Mataræði

Mikilvægt er að fylgjast reglulega með líkamsþyngd og reyna að viðhalda þyngd. Best er að drekka úr glasi, ekki má nota sogrör vegna sára í munnholi. Ef breyta þarf mataræði er nauðsynlegt að fylgja leiðbeiningum næringarfræðings. Læknir veitir leiðbeiningar um hvort mylja þurfi lyf fyrst eftir heimkomu. Hægt er að hafa samband við næringarfræðing í síma 543 8419 á dagvinnutíma.

Munnhreinsun

Mikilvægt er að bursta tennur að minnsta kosti tvisvar á dag með mjúkum tannbursta. Skola á munn með hreinu vatni eftir hverja máltíð og nota munnskol með klórhexidíni án alkóhóls 2-3 sinnum á dag.

Þvaglát

Ekki ættu að verða breytingar á þvaglátum við aðgerðina.

Hreyfing

Forðast þarf áreynslu, rembast eða lyfta þungu í tvær vikur eftir aðgerð eða samkvæmt fyrirælum læknis. Ekki má að stunda æfingar eða íþróttir í að minnsta kosti þrjár vikur eftir aðgerð.

Svefn

Búast má við þreytu og úthaldsleysi fyrstu vikurnar eftir aðgerð. Gott er að ná a.m.k. 6–8 klukkustunda nætursvefni og hvíla sig yfir daginn ef þörf krefur. Góð næring, hreyfing, slökun og verkjameðferð getur dregið úr þreytu.

Vinna

Vinnu má hefja í samráði við lækni, háð eðli starfs og líðan. Hægt er að fá veikindavottorð í endurkomutíma.

Hafa þarf samband við göngudeild skurðlækninga B3 eða legudeild ef eftirfarandi hættumerki koma fram fyrstu tvær vikurnar eftir aðgerð:

- Líkamshiti er hærri en 38,5°C.
- Verkir í eða kringum skurðsvæði minnka ekki við verkjalyf.
- Viðvarandi blæðing eða vessi úr skurðsári.
- Aukin bólga eða roði á aðgerðarsvæði.
- Stöðug ógleði eða uppköst.

Í bráðatilvikum er leitað á bráðamóttöku eða hringt í 112.

Símanúmer

| | |
|--|----------|
| Göngudeild skurðlækninga B3, opin virka daga kl. 08:00-16:00 | 543 2060 |
| Dagdeild skurðlækninga A5, opin virka daga kl. 07:00-22:00 | 543 7570 |
| HNE, lýta- og æðaskurðeild A4 | 543 7354 |

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja ef spurningar vakna.

Verkjameðferð eftir skurðaðgerð

Verkir

Flestir finna fyrir verkjum eftir skurðaðgerð. Oftast er um að ræða verki sem tengjast skurðsvæði. Mismunandi er hvernig fólk upplifir verki og þarf verkjameðferð að taka mið af reynslu hvers og eins. Mikilvægt er að draga úr verkjum eins og kostur er því verkir geta seinkað bata.

Verkjalyf

Taka á verkjalyf samkvæmt ráðleggingum. Yfirleitt er heppilegast að taka verkjalyf reglulega yfir daginn. Ekki er æskilegt að bíða eftir því að verkir verði slæmir áður en lyfin eru tekin. Erfiðara er að ná stjórn á verkjum ef þeir verða slæmir. Ef verkir eru enn til staðar þrátt fyrir að verkjalyf séu tekin reglulega má taka verkjalyf til viðbótar samkvæmt ráðleggingum. Smám saman er dregið úr töku lyfjanna með því að minnka skammta eða taka lyfin sjaldnar. Ráðlagt er að hætta fyrst töku sterkra verkjalyfja (t.d. tramadol, oxycodone). Síðan er dregið úr töku annarra verkjalyfja. Ef þörf er á lyfseðilsskyldum verkjalyfjum er lyfseðill sendur rafrænt í apótek.

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

Algengar aukaverkanir verkjalyfja

Aukaverkanir eru mismunandi eftir lyfjum. Algengt er að finna fyrir hægðatregðu og ýmiss konar óþægindum í maga. Ekki er víst að allir finni fyrir þessum einkennum.

Hægðatregða

Vinna má gegn hægðatregðu með því að drekka glas af sveskjusafa að morgni, borða gróft kornmeti, grænmeti og þurrkaða ávexti. Einnig er hægt að kaupa trefjahylki eða duft í apóteki eða matvöruverslun. Nauðsynlegt er að drekka um það bil 1,5 lítra af vökva á dag. Hægt er að kaupa hægðalyf án lyfseðils í apóteki.

Magaóþægindi

Æskilegt er að taka lyfin með glasi af vatni eða máltíð. Fólk sem hefur fengið magasár eða magabólgur þarf að ráðfæra sig við lækni áður en bólgueyðandi verkjalyf eru notuð.

Slævandi áhrif

Sum verkjalyf skerða aksturshæfni og því má ekki aka bíl á meðan þeirra er þörf.

Önnur verkjameðferð

Aðferðir sem hafa reynst vel eru slökun, að hlusta á tónlist og dreifa athyglinni. Ekki er æskilegt að nota heita eða kalda bakstra á skurðsár meðan það er að gróa.