

# Brottnám eða hlutabrottnám nýra

Nýrað eða hluti þess er fjarlæggt með kviðsjá gegnum 3–5 skurðgöt á kviðvegg. Einnig er gerður skurður til að ná nýranu út. Gera þarf ráð fyrir að vera frá vinnu í þrjár til fjórar vikur eftir aðgerð. Aðgerðin er gerð í svæfingu.

## Blóðþynningarlyf

Hætta þarf að taka blóðþynningalyf, önnur en hjartamagnýl (magnýl), og er það gert í samráði við lækna þvægfæraskurðeildar.

## Næring og hreyfing

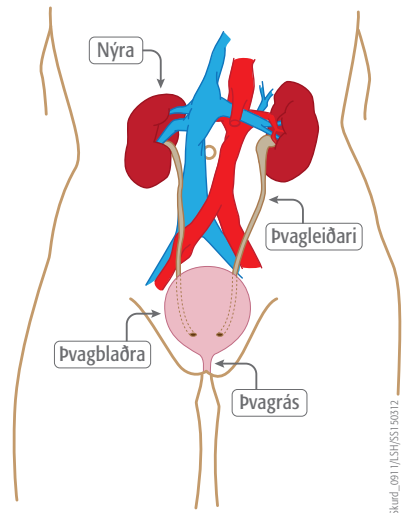
Gott er að byggja líkamann upp fyrir aðgerðina með því að hreyfa sig daglega, borða næringarríkan mat, taka inn fjölvítamín og drekka orkuríka næringardrykki.

## Náttúru- og fæðubótarefni

Ráðlagt er að hætta notkun allra náttúru- og fæðubótarefna tveimur vikum fyrir aðgerð þar með talið lýsi 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.

## 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 fylgkvillum aðgerðar. Því er mikilvægt að hætta tóbaksnotkun 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 hjúkrunarfræðings og eftirfylgni í 12 mánuði eftir aðgerð hjá „Ráðgjöf í reykbíndindi“. Starfsmaður spítalans hefur þá samband við ráðgjafþjónustuna en eins má hringja í gjaldfrjálsa símanúmerið 800 6030. Einnig er bent á [www.reyklaus.is](http://www.reyklaus.is).



## Undirbúningur fyrir aðgerð

### Undirbúningsviðtal á göngudeild þvagfæra 11A

Boðað er til undirbúningsviðtals fljótlega eftir að aðgerð er ákveðin. Hjúkrunarfræðingur veitir upplýsingar um það sem framundan er. Mikilvægt er að aðstandandi komi með í viðtalið. Skila þarf þvagsýni (morgunþvag) í sýnaglassi sem fæst í apótekum.

Þeir sem búa utan höfuðborgarsvæðisins geta fengið fræðsluviðtal í gegnum síma og skilað þvagsýni og farið í blóðsýnatöku á heilsugæslustöð í heimabyggð.

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja á göngudeild þvagfæra 11A ef spurningar vakna.

### Rannsóknir á 10E

Fyrir aðgerðina er tekið blóðsýni og aðrar rannsóknir ef þörf er á.

### Símaviðtal vegna svæfingar

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 það 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.

### 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 náttúruylfja og fæðubótarefna

### Kostnaður

Greiða þarf fyrir komur á göngudeild. Þeir sem gefa nýra eru undanþegnir greiðslu.

## Fylgd heim

Stundum er hægt að útskrifast samdægurs. Þá þarf að gera ráð fyrir fylgd heim, því ekki má aka bíl fyrr en daginn eftir svæfingu. Eins þarf að hafa einhvern hjá sér fyrstu nóttina til öryggis. Hægt er að óska eftir dvöl á sjúkrahóteli ef þörf er á.

## 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 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 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 aðgerð.

### Annar undirbúningur

Við innlögn á deild er gott að hafa með sér þægileg fót, inniskó 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. Þrifa þarf naflann með bómullarpinna og karlmenn þurfa að þvo sér vandlega án sápu undir forhúð. Klæðast þarf hreinum fötum eftir sturtuna og ekki má nota húðkrem, andlitsfarða, naglalakk, ilmefni eða skartgrip.

**Mæting er dagdeild 13D á 3. hæð Landspítala við Hringbraut, að morgni aðgerðardags og hafa þarf með öll lyf sem tekin eru daglega. Ekki má taka inn eigin lyf nema í samráði við lækni eða hjúkrunarfræðing.**

Aðgerðin er gerð í svæfingu og tekur að jafnaði 2–4 klukkustundir og hefur þvafæraskurð-læknir samband við aðstandanda að henni lokinni. Óvæntar aðstæður geta valdið því að aðgerðartími breytist. Eftir aðgerð tekur við dvöl á vöknunardeild þar sem fylgst er náið með líðan sjúklings í nokkrar klukkustundir þar til hann fer á dag- eða legudeild.

## Verkir

Þegar aðgerð er gerð með kviðsjá er lofti dælt í kviðarholið en við það getur komið fram erting á þind sem veldur verkjum upp í axlir, en þeir hverfa innan fárra daga. Verkjalyf eru gefin á föstum tímum og eftir þörfum. Sjúklingur metur styrk verkja samkvæmt verkjakvarða þar sem 0 þýðir enginn verkur og 10 gríðarlegir verkir eða verstu hugsanlegu verkir. Mikilvægt er að láta vita um verki svo hægt sé að bregðast við þeim. Markmið er að vera vel verkjastilltur, geta hreyft sig með góðu móti og andað djúpt.

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

## Öndun

Öndunaræfingar eru mikilvægar fyrir starfsemi hjarta og lungna og draga úr líkum á fylgikvillum eins og slímsöfnun í lungu og lungnabólgu.

## Þvagleggur

Þvagleggur er settur í þvagblöðru til að fylgjast með þvagútskilnaði og er hann fjarlægður daginn eftir aðgerð. Borið getur á þvagtrekðu þegar þvagleggur hefur verið fjarlægður og þá er mikilvægt að láta vita ef illa gengur að pissa eða lítið kemur af þvagi.

## Drenslanga

Stundum er sett drenslanga sem liggur frá skurðsvæði gegnum kviðvegg til að hleypa út blóði og vökva sem safnast í sárabeð og er hún fjarlægð daginn eftir aðgerð.

## Matur og drykkur

Gefinn er vökví í æð fyrst eftir aðgerð. Yfirleitt má fá fljótandi fæði að kvöldi aðgerðardags og fæða er síðan aukin smátt og smátt eftir þoli.

## 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. Hreyfing eykur einnig maga- og þarmahreyfingar sem minnkar hættu á hægðatregðu. Best er að vera sem mest á fótum, ganga eða sitja í stól að minnsta kosti 4–6 sinnum á sólarhring.

## Útskrift

Útskrift er áætluð samdægurs eða daginn eftir aðgerð, heim eða á sjúkrahótel. Ef fylgikvillar koma fram eftir aðgerð, getur það lengt dvöl á spítalanum. Fylgikvillar eru sjaldgæfir en þeir helstu eru blæðing og sýking í skurðsvæði. Hjúkrunarfræðingur hringir tveimur dögum eftir aðgerð og kannar liðan.

### Fyrir útskrift þarf að vera búið að fá:

- Útskriftarfræðslu.
- Rafrænan lyfseðil fyrir verkjalyfjum.
- Endurkomutíma hjá skurðlækni á göngudeild 11A. Fara þarf í blóðsýnatöku á göngudeild 10E í kjallara Landspítala við Hringbraut eða á heilsugæslustöð 2-3 dögum fyrir endurkomutímann.

# Útskriftarfræðsla

## Verkir

Sjá fylgiblað um verkjameðferð eftir skurðaðgerð. Lyfseðill er sendur rafrænt í apótek.

## Mataræði

Mikilvægt er að borða hollan mat og gæta vel að næringu til að byggja upp líkamann eftir aðgerðina. Æskilegt er að drekka um 1½–2 lítra af vökva á dag. Ekki þarf að takmarka vökvainntekt þótt einungis annað nýrað sé starfandi. Ráðlagt er að forðast óhóflega saltneyslu. Gott er að taka inn lýsi eða annan D-vítamingjafa, sérstaklega yfir vetrartímann.

## Þvaglát

Ekki ættu að verða breytingar á þvaglátum en búast má við að sjá rauðleitan lit á þvagi fyrstu dagana eftir aðgerð.

## Skurðsár

Skurðsárum er lokað með saumum sem eyðast. Yfir þeim eru litlir límplástrar sem má fjarlægja eftir 5–7 daga eða þegar þeir fara að losna frá húðinni. Forðast ber alla óþarfa snertingu við sárin. Fylgjast þarf með útliti skurðsára með tilliti til roða, bólgu og vessa. Óhætt er að fara í sturtu sólarhring eftir aðgerð en ekki er ráðlagt að fara í baðkar eða sund fyrstu tvær vikurnar eftir aðgerð. Skurðsár eru viðkvæm fyrir sterku sólarljósi í allt að 12 mánuði eftir aðgerð.

## Hreyfing

Forðast þarf áreynslu á kvið, að lyfta eða bera þunga hluti (þyngri en um 5 kg) og líkamsrækt í tvær vikur eftir aðgerð. Hreyfing og djúþöndun er mikilvæg eftir aðgerð til að flýta fyrir bata og bæta starfssemi hjarta og lungna, hún dregur úr líkum á fylgikvilla eins og blóðtappa eða lungnabólgu. Gott er að hreyfa sig daglega og eru gönguferðir góður kostur til að byggja upp þrek.

## Kynlíf

Almennt má hefja kynlíf þegar fólk er tilbúið til þess, en ráðlegt er að varast beinan þrýsting á skurðsvæðið.

## Preyta

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

## Andleg liðan

Sumir finna fyrir kviða og óöryggi eftir aðgerðina. Oft hjálpar að tala um liðan við sína nánustu. Aðferðir eins og tónlist, slökun og hreyfing geta dregið úr andlegri vanliðan en ef kviði og drungi verða viðvarandi er ráðlegt að leita aðstoðar hjá fagfólki

## Vinna

Byrja má að vinna aftur í samráði við lækni. Veikindavottorð eru afgreidd í endurkomutíma hjá lækni.

## Annar stuðningur og úrræði ef um krabbamein er að ræða

- Kraftur ([www.kraftur.org](http://www.kraftur.org)) er stuðningsfélag fyrir fólk á aldrinum 18-40 ára sem greinst hefur með krabbamein og aðstandendur þeirra.
- Ljósíð ([www.ljosid.is](http://www.ljosid.is)) er endurhæfingar- og stuðningsmiðstöð fyrir fólk sem hefur fengið krabbamein og aðstandendur þeirra.
- Ráðgjafarþjónusta Krabbameinsfélagsins ([www.krabb.is](http://www.krabb.is)) býður upp á fræðslu, viðtöl, faglega ráðgjöf, sálgæslu, djúpslökun, ýmis námskeið og hagnýtar upplýsingar.
- Upplýsingar um kynlíf og krabbamein: [www.kynlifogkrabbamein.is](http://www.kynlifogkrabbamein.is).

**Hafa þarf samband við göngudeild 11A (á dagvinnutíma) eða 13EG (utan dagvinnutíma) ef eftirfarandi hættumerki koma fram fyrstu þrjár vikurnar eftir aðgerð:**

- Líkamshiti er hærri en 38,5°C
- Verkir minnka ekki við verkjalyf
- Blæðir eða vessar úr skurðsárum
- Roði eða bólga er í kringum skurðsár
- Stöðug ógleði, uppköst eða niðurgangur er til staðar
- Hiti, hrollur og illa lyktandi þvag
- Erfiðleikar við þvaglát eða þvagregða

Í bráðatilvikum er leitað á bráðamóttöku eða hringt í 112

## Símanúmer

Dagdeild 13D, opin virka daga frá klukkan 07:00 til 21:00	543 7480
Göngudeild þvagfæra 11A	543 7100
Kviðarhols- og þvagfæraskurðeild 13EG	543 7500

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja á göngudeild þvagfæra 11A ef spurningar vakna.



# Verkjameðferð eftir skurðaðgerð

## Útskriftarfræðsla

### 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.

### Verkjalýf

Taka á verkjalýf samkvæmt ráðleggingum. Yfirleitt er heppilegast að taka verkjalýf 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 verkjalýf séu tekin reglulega má taka verkjalýf 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 verkjalýfja (t.d. tramadol, oxycodone). Síðan er dregið úr töku annarra verkjalýfja. Ef þörf er á lyfseðilsskyldum verkjalýfjum er lyfseðill sendur rafrænt í apótek.

#### Verkjalyf tekin reglulega:

Lyf:

Skammtur:

Hversu oft á að taka lyfið?

Lyf:

Skammtur:

Hversu oft á að taka lyfið?

#### Viðbótar-verkjalyf:

Lyf:

Skammtur:

Hversu oft má taka lyfið?



## 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.

### Hafa þarf samband við deildina ef eftirfarandi einkenna verður vart:

- Verkir eru slæmir þrátt fyrir töku verkjalyfja.
- Aukaverkanir koma í veg fyrir að hægt sé að taka lyf.
- Ofnæmisviðbrögð koma fram (kláði, útbrot, öndunarerfiðleikar).
- Mikill sljóleiki er til staðar.

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 við þig eða aðra 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.