



Lagfæring á holubringu

Holubringa (*Pectus excavatum*) er meðfæddur galli á lögum brjóstkassa sem er algengari hjá drengjum en stúlkum. Ef holan í bringunni er það djúp að hún hefur áhrif á starfsemi hjarta og lungna kemur til álíta að laga það með aðgerð. Helstu vísbendingar um að aðgerðar sé þörf eru lítið úthald, verkir í brjóstkassa, mæði og erfiðleikar við djúpöndun.

Aðgerðin fer fram í svæfingu. Gerðir eru tveir litlir skurðir, annar hægra megin á brjóstkassa og hinn vinstra megin. Bringubeinið er spennt fram með einni eða fleiri stálsþöngum þannig að holubringan réttist af eða minnkar. Spöngin þarf að vera í brjóstkassanum í nokkurn tíma til að hindra að bringubeinið falli aftur í fyrra horf. Áætlaður legutími eftir aðgerð eru 2-3 dagar. Eftir 3-3^{1/2} ár er spöngin fjarlægð í stuttri aðgerð.

Fullorðnir liggja eftir aðgerð á hjarta- og lungnaskurðeild 12G en börn á deild 22E/D á Barnaspítala Hringingsins. Báðar deildir eru við Hringbraut. Hentugasti tíminn til heimsóknna er frá kl. 15:00 til 20:00.

Börn yngri en 18 ára eiga rétt á að hafa annað foreldrið hjá sér á næturna. Gert er ráð fyrir að foreldrar taki þátt í umönnun barnsins.

Náttúru- og fæðubótarefni

Ráðlagt er að hætta notkun allra náttúru- og fæðubótarefna tveimur vikum fyrir aðgerð 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.

Undirbúningur fyrir aðgerð

Innskrift

Þegar aðgerðardagur hefur verið ákveðinn er boðað í innskriftarviðtal. Fullorðnir mæta á innskriftarmiðstöð 10E í kjallara Landspítala við Hringbraut og börn á dagdeild barna á 23E á Barnaspítala Hringingsins. Mikilvægt er að aðstandandi komi með í viðtalið. Þar fer fram viðtal við hjúkrunarfræðing, lækni hjarta- og lungnaskurðeildar, svæfingalækni og sjúkrahjálfa. Spurt verður um heilsufar, gerð lækni- og lækninga og fræðsla veitt um undirbúning fyrir aðgerðina.

Gera þarf ráð fyrir að innskriftin taki 3-4 klukkustundir og því er mikilvægt að vera búinn að borða áður en mætt er. Undirrita þarf samþykki fyrir aðgerð og svæfingu. Fullorðnir þurfa að greiða fyrir þjónustuna á innskriftarmiðstöð.

Rannsóknir

Gerðar eru undirbúningsrannsóknir, tekin eru blóð- og þvagsýni og röntgenmynd af lungum. Ljósmyndari tekur mynd af brjóstkassa.

Lyf og ofnæmi

Hafa þarf með í innskriftarviðtalið öll lyf sem tekin eru daglega eða lyfjakort. Mikilvægt er að láta vita um ofnæmi fyrir lyfjum eða öðru. Svæfingalæknir ákveður hvaða lyf eigi að taka að morgni aðgerðardags.

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 fólk 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 aðgerð.

Sturta

Við skurðaðgerð er alltaf hættu á að sýklar komist í skurðsár og valdi sýkingum. Nauðsynlegt er að fara í sturtu heima kvöldið fyrir aðgerð og nota sérstaka sóttreinsandi sápu sem er afhent í innskriftarviðtali. Skipta þarf á rúmfötum áður en farið er í sturtuna. Ekki má nota svitalyktareyði, krem, fördunarvörur, naglalakk, ilmefti eða skartgripni eftir sturtuna og klæðast þarf hreinum fötum.

Annar undirbúningur

Við innlögn á deild er gott að hafa með sér snyrtivörur, tannbursta, inniskó, þægileg fót eða slopp og afþreyingarefni. Einnig er gott að hafa með sér heyrnartól til að geta hlustað á útvarp og sjónvarp. Nota má farsíma en stilla þarf á hljóðlausa hringingur.

Aðgerðardagur

Sturta

Nauðsynlegt er að fara aftur í sturtu með sóttthreinsandi sápu áður en komið er á spítalann. Ekki má nota svitalyktareyði, krem, föðunarvörur, naglalakk, ilmefni eða skartgripri eftir sturtuna og klæðast þarf hreinum fötum.

Fullorðnir mæta að morgni aðgerðardags á dagdeild 13D á 3. hæð Landspítala við Hringbraut en börn á dagdeild barna 23E á Barnaspítala Hringsins. Hafa þarf meðferðis öll lyf sem tekin eru daglega. Ekki má taka inn eigin lyf nema í samráði við lækni eða hjúkrunarfræðing.

Frá dagdeild er farið á undirbúningsherbergi á skurðstofu. Einn aðstandandi má fylgja barni á skurðstofu og vera þar til barnið sofnar. Fyrir aðgerðina er lagður deyfileggur í hólrum umhverfis mænu og hann notaður til verkjastillingar í og eftir aðgerð. Áætlaður aðgerðartími er 2-3 klukkustundir en skurðlæknir hringir í nánasta aðstandanda að aðgerð lokinni. Óvæntar aðstæður geta valdið því að aðgerðartími breytist.

Eftir aðgerð

Eftir aðgerðina tekur við dvöl á vöknunardeild í 2-3 klukkustundir áður en farið er á legudeild. Aðstandendur barna mega vera hjá börnum sínum á vöknunardeild en aðrar heimsóknir eru ekki leyfðar þar.

Verkir

Verkir í brjóstholi eru óhjákvæmilegir eftir aðgerð sem þessa. Gefin eru verkja- og deyfingarlyf í sídreypi í gegnum deyfilegginn í bakinu til að minnka verki. Auk þess eru gefin verkjalyf í töfluformi á föstum tímum og eftir þörfum. Markmið verkjameðferðarinnar er að geta hreyft sig og hvílst með góðu móti og andað djúpt. Notaður er verkjakvarði til að meta styrk verkja þar sem 0 þýðir enginn verkur og 10 gríðarlegir verkir eða verstu hugsanlegu verkir. Mikilvægt er að láta vita ef verkjameðferð er ófullnægjandi svo hægt sé að bregðast við því.

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

Hjá fullorðnum er slökkt á verkjadreypinu og deyfileggurinn fjarlægður tveimur dögum eftir aðgerð en þremur dögum eftir aðgerð hjá börnum. Búast má við breytingu á skynjun í brjóstkassa og auknum verkjum til að byrja með. Gefin eru skjótvirk verkjalyf eftir þörfum auk reglulegra verkjalyfja í töfluformi til að meðhöndla verkina. Samhliða verkjalyfjunum má einnig nota kalda og heita bakstra, slökun og tónlist til að dreifa athyglinni.

Öndun

Öndunaræfingar eru mikilvægar fyrir starfsemi hjarta og lungna og draga úr líkum á fylgikvillum eins og slímsöfnun í lungu eða lungnabólgu. Sjúkraþjálfari kennir öndunaræfingar fyrir aðgerð og miða á við að gera þær æfingar á klukkustundar fresti yfir daginn.

Þvaglát og hægðir

Þvagleggur er settur í þvagblöðru í aðgerðinni til að fylgjast með þvagútskilnaði. Þvagleggurinn er fjarlægður á sama tíma og deyfileggur. Eftir það þarf að fylgjast með hvernig gengur að pissa vegna hættu á þvagtrengðu. Fyrstu dagana eftir aðgerð eru gefin mýkjandi hægðalyf vegna þess að minni hreyfing, áhrif verkjalyfja og lítil vökva- og næringarintaka getur valdið hægðatregðu. Ef upp koma vandamál með hægðalosun eða þvaglát eftir aðgerð er mikilvægt að láta hjúkrunarfræðing vita sem fyrst til að hægt sé að bregðast við því.

Skurðsár

Skurðsárunum er lokað með saumum sem eyðast. Umbúðir eru hafðar óhreyfðar í 12 daga, en þá á að fjarlægja þær. Fylgst er daglega með roða og hita í húð við umbúðirnar.

Matur og drykkur

Við komu á legudeild má byrja að borða og drekka. Algengt er að finna fyrir ógleði eftir aðgerðina en mikilvægt er að reyna að drekka og borða þrátt fyrir ógleði þar sem það getur dregið úr henni. Gefin eru ógleðistillandi lyf ef þörf er á.

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. Fyrstu dagana eftir aðgerðina getur verið erfitt að fara fram úr rúmi en starfsfólk aðstoðar við hreyfingu eftir þörfum. Hvatt er til þess að gera sem mest sjálfur, vera sem mest á fótum og borða í borðstofu.

Ákveðnar hreyfingar reyna of mikið á nýju spöngina/ spangirnar í 6-8 vikur eftir aðgerð. Því má ekki:

- Leggjast á hliðar
- Nota hendur til að lyfta sér frá eða í rúmi
- Beygja brjóstkassa fram eða vinda upp á hann

Svefn

Ekki er óeðlilegt að svefnmynstur breytist, sérstaklega fyrstu dagana eftir aðgerð.

Útskrift

Útskrift er áætluð tveimur dögum eftir aðgerð hjá fullorðnum en þremur dögum hjá börnum. Ljósmyndari tekur ljósmynd og röntgenmynd er tekin af brjóstkassanum fyrir útskrift. Hjúkrunarfræðingur hringir innan viku frá útskrift og fylgir eftir verkjameðferð.

Fyrir útskrift þarf að vera búið að fá:

- Útskriftarfræðslu
- Lyfseðil fyrir verkjalyfjum í Lyfjagátt
- Endurkomutíma hjá skurðlækni og röntgenmyndatöku sama dag
- Veikindavottorð fyrir skóla eða vinnu
- Símanúmer hjá hjúkrunarfræðingi sem leiðbeinir um verkjameðferð eftir að heim er komið

Símanúmer

Innskriftarmiðstöð 10E	543 2039
Dagdeild 13D, opin virka daga frá klukkan 7 til 19	543 7480
Hjarta- og lungna- og augnskurðeild 12G	543 7310
Barnadeild 22E	543 3760

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.

Lagfæring á holubringu

Útskriftarfræðsla

Verkir

Sjá fylgiblað um verkjameðferð eftir skurðaðgerð. Lyfseðill er sendur rafrænt í apótek. Mikilvægt er að taka verkjalyfin eins og ráðlagt er til að tryggja árangur verkjameðferðar. Hjúkrunarfræðingur frá deildinni hringir innan viku frá útskrift til að fylgjast með líðan og leiðbeina um verkjameðferð. Hægt er að hringja í hann ef verkjalyf virka ekki sem skyldi eða frekari upplýsinga er þörf.

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 vegna hættu á hægðatregðu og nota mýkjandi hægðalyf meðan notuð eru verkjalyf. Sumir finna fyrir lystarleysi eftir aðgerðina og þá getur verið gott að borða minni máltíðir og oftar.

Þvaglát

Ekki ættu að verða breytingar á þvaglátum eftir aðgerðina.

Skurðsár

Skurðsári er lokað með saumum sem eyðast. Fylgjast þarf með útliti skurðsára með tilliti til roða, bólgu og vessa. Umbúðir eru hafðar óhreyfðar í 14 daga, en þá á sjúklingur sjálfur að fjarlægja þær. Óhætt er að fara í sturtu en ekki er ráðlegt að fara í baðkar eða sund fyrr en sár eru vel gróin og hrúður dottið af. Flestir finna fyrir breyttri skynjun í bringu fyrst á eftir aðgerðina. Það tekur 6-8 vikur fyrir spöngina að festast og eðlilegt er að finna fyrir því að spöngin flytji sig aðeins úr stað eða heyra smell við hreyfingu.

Hreyfing

Forðast þarf áreynslu í 6-8 vikur eftir aðgerð. Mikilvægt er þó að hreyfa sig daglega og eru gönguferðir góður kostur til að byggja upp þrek. Í samráði við lækni er ákveðið hvenær má byrja aftur í skóla eða vinnu.

Meðan málmspöngin er að ná festu (6-8 vikur) má ekki:

- Liggja á hlið eða bringu
- Beygja brjóstkassa fram eða vinda upp á hann
- Stunda líkamsrækt
- Aka bíl eða hjóla
- Lyfta eða bera hluti sem eru þyngri en tvö kíló og gildir það bæði um þyngd sem borin er í höndum og á baki
- Bera hluti í sitthvorri hendi þannig að misjafnt álag sé ekki á brjóstkassa. Mælt er með að nota bakpoka ef bera þarf hluti og fá aðstoð við að setja hann á sig og taka hann af

Hafa þarf samband við deildina ef eftirfarandi hættumerki koma fram fyrstu þrjár vikurnar eftir aðgerð:

- Líkamshiti verður hærra en 38°C
- Roði eða bólga er í kringum skurðsár
- Blæðir eða vessar úr skurðsárum
- Verkir minnka ekki þrátt fyrir inntöku verkjalyfja
- Tilfinning um að spöngin hafi færst úr stað
- Þyngsli við öndun eða mæði
- Stöðug ógleði eða uppköst
- Sársauki við þvaglát eða gruggugt og illa lyktandi þvag

Eftirlit læknis: Sjá endurkomutíma sem var afhentur við útskrift.

Símanúmer

Hjarta- lungna- og augnskurðeild 12G
Barnadeild 22E

543 7310
543 3760

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja ef spurningar vakna.

Verkjameðferð eftir skurðaðgerð

Verkir

Allir 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.

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

Algengar aukaverkanir verkjalýfja

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 hægðalýf án lyfseðils í apóteki. Aðrar ráðleggingar geta átt við þegar um er að ræða skurðaðgerð á ristli.

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:

- Ef verkir eru slæmir þrátt fyrir töku verkjalyfja
- Ef aukaverkanir koma í veg fyrir að hægt sé að taka lyf
- Ef ofnæmisviðbrögð koma fram (kláði, útbrot, öndunarerfiðleikar)
- Ef mikill sljóleiki er til staðar