

# Skurðaðgerð á höfði

## Síðkomin innanbastsblæðing

Aðgerðin er framkvæmd vegna innanbastsblæðingar í höfði. Innanbastsblæðing verður fyrir innan ystu heila-himnu á milli höfuðkúpu og heilans og orsakast yfirleitt af áverka eins og byltu þar sem höfuð rekst í.

Einkenni síðkominnar innanbastsblæðingar koma fram allt frá tveimur vikum til nokkurra mánaða eftir áverka og eru mismunandi eftir alvarleika áverka og staðsetningu.

Aðgerðin er framkvæmd í svæfingu. Gert er lítið skurðsár (borhola) til að hleypa blóðinu út. Grannri drenslöngu er komið fyrir undir húð á skurðsvæðinu til að blæðing geti tæmt sig þar út.

### Undirbúningur aðgerðar

Þegar greiningu og meðferð á bráðamóttöku er lokið flyst sjúklingur á heila- og taugaskurðeild B6 og bíður þar eftir aðgerð.

- Læknir deildar, svæfingalæknir og hjúkrunarfræðingur skrá upplýsingar um heilsufar, félagslegar aðstæður, lyf, ofnæmi og annað sem getur haft áhrif á meðferðina.
- Undirrita þarf samþykki fyrir aðgerð og svæfingu.
- Til að tryggja öryggi er endurtekið spurt um mikilvæg atriði svo sem nafn, kennitölu, ofnæmi, föstu og tegund aðgerðar.
- Áður en farið er á skurðstofu þarf að fjarlægja úr og skartgrip. Ráðlagt er að aðstandendur geymi verðmæti sjúklings.
- Starfsfólk deildar aðstoðar sjúkling í sturtu fyrir aðgerð ef ástand sjúklings leyfir.

#### Það sem sjúklingur þarf að fá að heiman við innlögn:

- Lyf eða lyfjakort svo hægt sé að skrá þau lyf sem sjúklingur tekur reglulega. Lyf eins og astmapúst, augndropa og insulínsprautur er gott að fá að heiman. Mikilvægt er að láta vita um ofnæmi fyrir lyfjum, röntgenskuggaefni eða öðru.
- Snyrtivörur svo sem tannbursta, tannkrem og hárbursta.
- Náttslopp eða léttan innifatnað og inniskó sem haldast vel á fæti.
- Hjálpartæki ef sjúklingur notar slíkt, svo sem göngugrind eða hækjur.
- Afþreyingarefni og heyrnartól fyrir útvarp og sjónvarp. Nota má farsíma og önnur snjalltæki en þau þurfa að vera á hljóðlausri stillingu.

### Fasta

Nauðsynlegt er að fasta fyrir aðgerð til að minnka hættu á fylgikvillum í tengslum við svæfingu. Löng fasta er ekki góð og fólki líður betur eftir aðgerð ef eftirfarandi leiðbeiningum er fylgt:

- Borða má mat þar til sex klukkustundir eru til aðgerðar.
- Óhætt er að dreypa á tærum drykk þar til tvær klukkustundir eru til aðgerðar. Tær drykkur er til dæmis vatn, tær ávaxtasafi og mjólkurlausir næringadrykkir.
- Vökvi er yfirleitt gefinn í æð meðan sjúklingur er fastandi.

## Aðgerð

Þegar komið er á skurðstofu fer fram frekari undirbúningur fyrir aðgerðina. Til að komast að skurðsvæðinu er hár fjarlægð af því svæði þar sem skurðurinn verður gerður (eins lítið og hægt er) og er það gert á skurðstofunni.

Aðgerðin tekur yfirleitt um 1-2 klukkustundir.

## Eftir aðgerð

Eftir aðgerð tekur við dvöl á vöknunardeild þar sem fylgst er með líðan fyrstu klukkustundirnar eftir aðgerð áður en sjúklingur er fluttur á legudeild. Heimsóknir eru ekki leyfðar á vöknunardeild en nánustu aðstandendum er velkomið að hringja. Gott er að einn fjölskyldumeðlimur sé tengiliður við spítalann.

## Verkir

Algengt er að finna fyrir vægum höfuðverk eða eymslum á skurðsvæði fyrst eftir aðgerð. Ef mikill höfuðverkur gerir vart við sig þarf að láta starfsfólk vita. Verkjalyf eru gefin reglulega og eftir þörfum. Sjúklingur metur styrk verkja á 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. Hálssærindi geta komið eftir svæfinguna, en þau hverfa yfirleitt á 1-2 dögum.

<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

## Einkenni frá taugakerfi

Fylgst er reglulega með líðan og einkennum frá taugakerfi. Mikilvægt er að láta vita ef ber á sjóntruflunum, truflun á tali eða máttminnkun í útlimum.

## Skurðsár

Léttar umbúðir eru hafðar yfir skurðsárinu. Drenslöngu er komið fyrir undir húð á skurðsvæði til að blæðing geti tæmt sig þar út. Læknir fjarlægir drenslönguna daginn eftir aðgerð og fara má í sturtu sólarhring eftir að það hefur verið fjarlægt. Stundum eru settir saumar í skurðsár sem þarf að fjarlægja 7-10 dögum eftir aðgerð.

## Rúmlega og hreyfing

Á meðan drenslanga er til staðar þarf sjúklingur að vera að mestu á flatrí rúmlegu. Leyfilegt er að snúa sér á hliðar og yfirleitt má hækka aðeins undir höfði meðan á máltíðum stendur. Starfsfólk deildar veitir nánari upplýsingar um hreyfingu.

Þegar drenslangan hefur verið fjarlægð má vera á fótum að vild. Mikilvægt er að hafa einhvern hjá sér þegar farið er í fyrsta skipti fram úr rúmi vegna hættu á svima. Sjúkraþjálfari veitir aðstoð og leiðbeiningar um hreyfingu og æfingar.

## Matur og drykkur

Byrja má að drekka tæran vökva fljótlega eftir aðgerð. Ef það gengur vel og ekki ber á ógleði eða uppköstum má fá fljótandi fæði. Daginn efir aðgerð má borða almennt fæði. Ógleði getur verið fylgikvilli svæfingar- og verkjalyfja. Mikilvægt er að láta vita ef ber á ógleði svo hægt sé að meðhöndla hana.

## Þvaglát og hægðir

Eftir aðgerð getur komið fram tregða við þvaglát. Láta þarf vita ef ekki gengur að pissa eða það kemur lítið af þvagi. Hægðamykjandi lyf eru gefin til að minnka hættu á hægðatregðu sem getur stafað af notkun verkjalyfja og hreyfingarleysi.

## Andleg líðan

Búast má við breytingum á andlegri líðan í tengslum við veikindi. Starfsfólk er reiðubúið að ræða við sjúkling og fjölskyldu um líðan þeirra. Einnig er hægt að kalla til aðra fagaðila til stuðnings.

## Óráð

Viss hætta er á óráði eftir aðgerð. Óráð er skyndilegt og oftast tímabundið ruglástand, sem veldur breytingum á því hvernig fólk hugsar og hegðar sér. Orsök þess er margþætt, svo sem bólguviðbrögð sem verða við blæðinguna en margt annað getur aukið hættuna svo sem sýking, vökvaskortur, verkir og skert hreyfigeta. Einkenni óráðs eru einstaklingsbundin svo sem erfiðleikar við einbeitingu, minnstruflanir, syfja eða sljóleiki, óáttun, breyting á tali (minnkað/aukið), óróleiki, viðvæmni og ofsónir. Mikilvægt er að aðstandendur láti vita ef ber á þessum einkennum hjá sjúklingi svo hægt sé að bregðast við sem fyrst. Viðvera aðstandenda og andleg örvun getur dregið úr óróleika og hjálpað þeim sem er með óráð til að ná áttum.

## Útskrift

Útskrift er áætluð 1-3 dögum eftir aðgerð.

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

- Útskriftarfræðslu
- Fræðslu frá sjúkraþjálfara um hreyfingu og líkamsbeitingu
- Lyfseðil í lyfjagátt ef þörf er á
- Endurkomutíma hjá skurðlækni og í saumatöku, ef þörf er á
- Vottorð fyrir fjarveru í vinnu eða skóla, ef þörf er á

## Kostnaður

Ekki þarf að greiða fyrir þjónustu á spítalanum ef um bráðainnlögn er að ræða.

# Útskriftarfræðsla

## Verkir

Sjá fylgiblað um verkjameðferð eftir skurðaðgerð. Notkun kælípoka getur dregið úr höfuðverk. Kælipokann þarf að fóðra með handklæði eða koddaveri áður en hann er lagður á skurðsvæði eða verkjastað og ætti ekki að nota lengur en 10-20 mínútur í senn.

## Lyfjanotkun

Mikilvægt er að taka lyf samkvæmt ráðleggingum læknis. Ef tekin eru lyf til varnar krömpum má ekki hætta notkun þeirra án samráðs við lækni.

## Akstur og flug

Fylgja þarf ráðleggingum læknis um hvort og hvenær má aka bíl eða ferðast í flugvél. Þegar byrjað er að keyra aftur, er mælt með að byrja á stuttum og kunnuglegum leiðum.

## Skurðsár

- Ef saumar eru í skurðsárinu eru þeir fjarlægðir 7-10 dögum eftir aðgerð. Fylgjast þarf með útliti skurðsárs með tilliti til roða, bólgu og vessa en forðast þarf alla snertingu við sárið.
- Óhætt er að fara í sturtu einum sólarhring eftir að drenslanga var fjarlægð og þvo hárið með mildri sápu. Ekki er ráðlagt að fara í baðkar eða sund fyrstu tvær vikurnar.
- Ekki er mælt með að hár sé litað í fjórar vikur eftir aðgerðina.
- Skurðsár eru viðkvæm fyrir sterku sólarljósi í allt að 12 mánuði eftir aðgerð.

## Matur og drykkur

Mikilvægt er að borða hollan mat og gæta vel að næringu til að byggja upp líkamann eftir aðgerðina. Gott er að taka inn lýsi eða annan D-vítamínjafa, sérstaklega yfir vetrartímenn.

## Þvaglát og hægðir

Ekki ættu að verða breytingar á þvaglátum vegna aðgerðarinnar. Forðast má hægðatregðu með því að drekka glas af sveskjusafa einu sinni til tvisvar á dag, borða gróft brauð, grænmeti og þurrkaða ávexti. Ráðlagt er að drekka um 1,5 lítra af vökva á dag. Einnig er hægt að kaupa hægðalyf án lyfseðils í apóteki.

## Hreyfing

- Hreyfing og djúþöndun er mikilvæg eftir aðgerð til að flýta fyrir bata og bæta starfsemi hjarta og lungna. Með því er hægt að draga úr líkum á fylgikvillum eins og blóðtappa eða lungnabólgu. Gott er að hreyfa sig daglega og eru gönguferðir góður kostur til að byggja upp þrek. Gott er að auka vegalengdina smátt og smátt sem gengin er.
- Þegar staðið er upp úr rúmi eða stól þarf að reisa sig hægt upp til að minnka hættu á höfuðverk eða svima. Ráðlagt er að hafa aðeins hækkað undir höfði fyrstu vikuna þegar legið er út af. Hægt er að nota upprúllað handklæði eða aðra fyllingu undir dýnu eða kotta. Einnig er hægt að hækka höfðalag með því að setja trékubba undir rúmfætur.
- Forðast þarf hreyfingu eins og að hjóla, skokka, klifra upp í stiga og lyfta þyngri hlutum en 10 kg í þrjá mánuði eftir aðgerð vegna hættu á svima eða falli. Þegar byrjað er að stunda æfingar er ráðlegt að fara rólega af stað. Í vissum tilfellum ráðleggur læknir frekari takmarkanir á hreyfingu.

## Kynlíf

Almennt má stunda kynlíf þegar fólk er tilbúið til þess.

## Preyta

Það fer eftir alvarleika einkenna hversu langan tíma tekur að jafna sig. Búast má við þreytu og úthaldsleysi fyrstu vikunnar eftir aðgerð og eins getur borið á gleymsku og skorti á einbeitingu. Gott er að ná að minnsta kosti 6-8

klukkustunda nætursvefni og hvíla sig yfir daginn ef þörf er á. Góð næring, hreyfing, slökun og verkjameðferð getur dregið úr þreytu.

## Vinna

Gera má ráð fyrir að vera frá vinnu í að minnsta kosti 4-6 vikur.

## Andleg líðan

Sumir finna fyrir kvíða og óöryggi eftir aðgerðina. Oft hjálpar að tala um líðan við sína nánustu og ræða við fagfólk um það sem veldur áhyggjum. Aðferðir eins og tónlist, slökun og hreyfing geta dregið úr andlegri vanlíðan en ef kvíði og drungi verða viðvarandi er ráðlagt að leita aðstoðar hjá heimilislækni.

## Fylgikvillar

Fylgikvillar eru sjaldgæfir en mögulegir fylgikvillar eru til dæmis endurtekin blæðing eða óráð. Einnig geta einkenni sem voru fyrir aðgerðina verið áfram til staðar eftir hana eins og til dæmis máttminnkun í útlimum, málstol, svimi og krampar.

## Eftirlit

Eftirlit eftir aðgerð er einstaklingsbundið og í samráði við heilaskurðlækni.

### Hafa þarf samband við deildina eða leita á bráðamóttöku ef eftirfarandi hættumerki koma fram innan sex vikna frá aðgerð:

- Líkamshiti er hærra en 38,5°C
- Verkir eru til staðar þrátt fyrir töku verkjalyfs
- Bólga, roði eða vessi er í kringum skurðsár
- Slæmur höfuðverkur, stífur háls eða uppköst
- Höfuð slæst utan í harðan hlut vegna byltu
- Einkenni eru um þvagfærasýkingu: Hiti, tíð þvaglát, særindi við þvaglát, illa lyktandi þvag

### Tafarlaust þarf að hringja í 112 ef eftirfarandi hættumerki koma fram:

- Mikill sljóleiki eða skerðing á meðvitund
- Erfiðleikar við öndun
- Skyndilegur brjóstverkur, mæði eða blóðugur hósti
- Truflun á tali eða sjóntruflanir
- Krampi

Ráðlagt er að fara yfir þennan lista með aðstandanda, til að hann geti hringt og fengið aðstoð ef þörf er á.

## Símanúmer

Heila- og taugaskurðeild B6	543 7600
Landspítali - skiptiborð (opið allan sólarhringinn)	543 1000

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja ef spurningar vakna.

Þetta fræðsluefni er gert fyrir sjúklinga Landspítala og aðstandendur þeirra og er byggt á bestu þekkingu við útgáfu þess. Tilgangur fræðsluefnisins er að styðja við faglega ráðgjöf heilbrigðisstarfsfólks Landspítala sem veitir nánari upplýsingar eftir þörfum. Efninu er ekki ætlað að koma í stað einstaklingsbundinna leiðbeininga heilbrigðisstarfsfólks.

# Verkjameðferð eftir skurðaðgerð

## Útskriftarfræðsla

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 því þá er erfiðara að ná stjórn á þeim. Ef verkir eru enn til staðar þrátt fyrir að verkjalyf séu tekin reglulega má taka verkjalyf til viðbótar samkvæmt ráðleggingum.

Ef þörf er á sterkum verkjalyfjum eftir aðgerð er ráðlagt að nota þau í eins stuttan tíma og hægt er. Þegar verkir minnka er dregið úr töku lyfjanna með því að minnka skammta eða taka lyfin sjaldnar. Ráðlagt er að hætta fyrst töku sterkra verkjalyfja. Síðan er dregið úr töku annarra verkjalyfja. Dæmi um sterk verkjalyf eru parkódín, tramadol og oxycodone.

### Algengar aukaverkanir verkjalyfja

Algengt er að finna fyrir hægðatregðu og ýmiss konar óþægindum í maga en ekki er víst að allir finni fyrir aukaverkunum.

### 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 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. Í sumum tilvikum geta kaldir bakstrar dregið úr verkjum. Í sumum tilvikum má ekki nota kulda sem verkjameðferð og því er nauðsynlegt að fá leiðbeiningar um notkun hjá heilbrigðisstarfsfólki.

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

- Verkir eru slæmir þrátt fyrir töku verkjalyfja
- Ofnæmisviðbrögð koma fram (kláði, útbrot, öndunarerfiðleikar)
- Mikill sljóleiki er til staðar