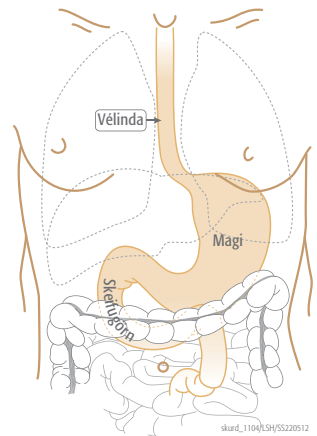


# Skurðaðgerð á maga

Maginn eða hluti hans er fjarlægður í skurðaðgerð. Aðgerðin er yfirleitt gerð með kviðsjá en stundum þarf að gera opna aðgerð. Aðgerðin er gerð í svæfingu.

Tilgangur þessa fræðsluefnis er að veita upplýsingar um aðgerðina, tímann framundan og hvað hægt er að gera til að draga úr hættu á fylgikvillum og stuðla að bata eftir aðgerð.

Notkun dagbókar sem sjúklingur fyllir reglulega út meðan á sjúkrahúsdvöl stendur getur hjálpað. Nánar verður farið yfir mikilvægi þessa fyrir aðgerð á göngudeild og í innskriftarviðtali og dagbók afhent. Mikilvægt er að fylgja þeim leiðbeiningum sem gefnar eru og því sem fram kemur í dagbókinni. Allt eru þetta viðmið og ef fylgikvillar koma upp getur þurft að breyta áætluninni.



## Næring og hreyfing

Gott er að byggja líkamann upp fyrir aðgerðina með því að hreyfa sig daglega, borða næringarríkan mat, taka inn vítamín og drekka orku- og próteinríka næringardrykki.

## Blóðþynningarlyf

Hætta þarf að taka blóðþynningalyf fyrir aðgerðina, og er það gert í samráði við skurðlækni.

## 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.

## 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](http://www.heilsuvera.is) (netspjall, 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

Innskrift og undirbúningur fyrir aðgerð fer fram á innskriftarmiðstöð 10E á jarðhæð Landspítala við Hringbraut. Hafa þarf með öll lyf sem tekin eru daglega eða lyfjakort. Á innskriftarmiðstöð fer fram viðtal við hjúkrunarfræðing, skurðlækni, sérnámsgrunnlækni og í sumum tilfellum lyfjafræðing. Spurt verður um heilsufar, gerð lækni- og fræðsla veitt um undirbúning og meðferð eftir aðgerð. Farið er yfir notkun dagbókar sem sjúklingur hefur hjá sér eftir aðgerð. Undirrita þarf samþykki fyrir aðgerð og svæfingu. Gera þarf ráð fyrir að innskriftin taki 3–4 klukkustundir.

### Rannsóknir

Tekin eru blóðsýni ásamt hjartalínuriti og lungnamynd ef þörf er á.

### Sjúkraþjálfun

Öndunar- og fótaæfingar er mikilvægur þáttur í bataferlinu. Sjúkraþjálfari kennir æfingar fyrir og eftir aðgerðina.

### Lyf og ofnæmi

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

### Kostnaður

Greiða þarf fyrir þjónustu á innskriftarmiðstöð.

### Blóðþynningarlyf

Blóðþynningarlyf er gefið í sprautuformi undir húð kvöldið fyrir aðgerð til að minnka hættu á blóðtappamyndun. Margir kjósa að gefa sér sprautuna sjálfir og fá þá leiðbeiningar um það í innskriftarviðtali.

## 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:

- Klukkan 18 kvöldið fyrir aðgerð: Byrja að drekka sérstaka undirbúningsdrykki sem afhentir voru í innskriftarviðtali (alls 800 ml). Fá sér aukabita áður en farið er að sofa. Ekki má borða mat síðustu sex klukkustundir fyrir komu á spítalann.
- Óhætt er að drekka tæra drykki (1-2 glös í senn) þar til tvær klukkustundir eru í komu á spítalann. Tær drykkur er til dæmis vatn, tær ávaxtasafi og mjólkurlaust kaffi og te. Tveimur klukkustundum fyrir áætlaðan aðgerðartíma á að drekka sams konar undirbúningsdrykki (alls 400 ml) og kvöldið áður samkvæmt leiðbeiningum.
- Þegar á spítalann er komið veitir starfsfólk upplýsingar um hvort og hve lengi megi drekka fram að aðgerð.
- Ekki má nota tóbak síðustu tvær klukkustundir fyrir aðgerð.

## Annar undirbúningur

Við innlögn á deild er gott að hafa með sér slopp, inniskó og afþreyingarefni. Nota má farsíma en stilla þarf á hljóðlausa 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 vandlega undir forhúð. Klæðast þarf hreinum fötum eftir sturtuna og ekki má nota svitalyktareyði, krem, andlitsfarða, ilmefni eða skartgrip.

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

Óvæntar aðstæður geta valdið því að aðgerðartími breytist. Til að tryggja öryggi er endurtekið spurt um mikilvæg atriði svo sem nafn, kennitölu, ofnæmi, föstu og tegund aðgerðar. Þegar komið er á skurðstofu fer fram frekari undirbúningur fyrir aðgerðina. Aðgerðin er gerð í svæfingu og getur tekið 3-6 klukkustundir en það fer eftir umfangi aðgerðar. Skurðlæknir hefur samband við aðstandanda að aðgerð lokinni.

## Eftir aðgerð

Eftir aðgerð tekur við dvöl á vöknunardeild þar sem fylgst er náið með líðan sjúklings til kvölds en þá fer hann á legudeild. Heimsóknir eru ekki leyfðar á vöknunardeild, en nánustu aðstandendum er velkomið að hringja.

## Dagbók sjúklings

Öndunaræfingar, hreyfing og næring eftir bestu getu hafa jákvæð áhrif á bata og geta fækkað fylgikvillum. Dagbókin getur hjálpað við að fylgjast með og minnt á mikilvæg atriði eins og öndunaræfingar, hreyfingu og næringu sem geta stuðlað að farsælu bataferli. Því er mikilvægt að skrá jafnóðum í dagbókina. Þá getur starfsfólk einnig fylgst með framförum og gripið inn í eftir þörfum. Tími bataferlis fer eftir umfangi aðgerðar og er dagbókin því leiðbeinandi.

## Verkir

Verkjalyf eru gefin á föstum tímum og í samráði við sjúkling. Ef allur magi var fjarlægður er verkjameðferð í formi utanbastsdeyfingar. Þá er grannur plastleggur settur utan við mænu-göng, í bil á milli tveggja hryggjarliða. Deyfingin er höfð í nokkra daga eftir aðgerð og er gefin með reglulegum skömmtum með dælu. Einnig er hægt að gefa sér aukaskammt ef á þarf að halda.

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. Markmiðið er að vera vel verkjastilltur, geta hreyft sig með góðu móti og andað djúpt. Ef aðgerð er gerð með kviðsjá er lofti dælt í kviðarhol en við það getur komið fram erting á þind sem veldur verkjum sem leiða upp í axlir, en hverfa innan fárra daga. Hálssærindi geta komið eftir svæfinguna, en þau hverfa jafnan 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		

## Hreyfing og öndunaræfingar

Hreyfing er mikilvæg eftir aðgerð til að flyta fyrir bata og bæta starfsemi hjarta og lungna. Hún dregur úr líkum á fylgikvillum eins og blóðtappa eða lungnabólgu.

Hreyfing getur einnig aukið garnahreyfingar. Æskilegt er að vera sem mest á fótum, ganga eða sitja í stól í að minnsta kosti 2-4 klukkustundir fyrstu tvo dagana eftir aðgerð og síðan 4-6 klukkustundir á sólarhring. Starfsfólk deildarinnar aðstoðar við og ráðleggur um hreyfingu. Mikilvægt er að fylgja áætlun um hreyfingu og öndunaræfingar sem kemur fram í dagbók.

Öndunaræfingar eru nauðsynlegar til að minnka hættu á samfalli á lungnavef en það er algengasta ástæða hita fyrstu dagana eftir aðgerð. Mikilvægt er að gera þær samkvæmt leiðbeiningum sjúkrahjálfara. Sjúkrahjálfari kemur 1-2 sinnum á dag og aðstoðar við öndunaræfingar og hreyfingu fyrstu dagana eftir aðgerð. Súrefni er gefið eftir þörfum.

Nota þarf teygjusokka sem deildin útvegar meðan á sjúkrahúsdvöl stendur. Þeir bæta blóðrás í fótum og minnka hættu á myndun blóðtappa.

### **Þvagleggur**

Þvagleggur er settur í þvagblöðru í aðgerð til að fylgjast með þvagútskilnaði og er hann yfirleitt fjarlægður daginn eftir aðgerð. Þegar búið er að fjarlægja þvaglegginn getur borið á þvagtrengdu og því er mikilvægt að láta vita ef ekki gengur að pissa eða lítið kemur af þvagi.

### **Magasonda**

Í aðgerðinni er sett magasonda, slanga sem liggur um nef og niður í maga. Hún tekur við magasafa, kemur í veg fyrir opþenslu á maga og minnkar líkur á ógleði og uppköstum. Ef hluti maga er fjarlægður er sondan yfirleitt fjarlægð daginn eftir aðgerð en annars eftir 3-5 daga.

### **Næring**

Vökvi er gefinn í æð fyrstu dagana og lengur ef þörf er á. Gefin eru ógleðistillandi lyf ef með þarf. Garnastarfssemi verður hæg eftir aðgerð og einstaklingsbundið er hve fljótt það gengur yfir. Því er fylgst með garnahljóðum og hvenær loft og hægðir koma niður. Til að flýta fyrir að garnastarfssemi komist í gang er mikilvægt að fylgja áætlun í dagbók. Byrja má að drekka samkvæmt fyrirmælum læknis þegar búið er að fjarlægja magasonduna. Farið er rólega af stað og næring aukin smátt og smátt. Æskilegt er að sitja uppréttur við og eftir máltíðir og borða litlar máltíðir í einu. Næringarfræðingur hittir sjúkling á deild.

### **Skurðsár**

Fylgst er með skurðsárum og skipt á umbúðum eftir þörfum. Skurðsárum er lokað með málmheftum.

### **Svefn**

Algengt er að svefnmynstur breytist, sérstaklega fyrstu dagana eftir aðgerð. Verkir, skert hreyfigeta og umhverfisþættir geta haft áhrif á svefn og mikilvægt er að láta vita ef illa gengur að sofa svo hægt sé að bregðast við því.

### **Andleg líðan**

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

## Útskrift

Útskrift er áætluð 5–7 dögum eftir aðgerð og fer það eftir eðli og stærð aðgerðar. Ef fylgikvillar koma fram eftir aðgerð, getur það lengt sjúkrahúsdvölinu.

Mögulegir fylgikvillar geta verið lungnabólga, sýking í skurðsári, leki í samtengingu, blóðtappi í fæti og erfiðleikar við næringu.

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

- Útskriftarfræðslu
- Lyfseðil fyrir verkjalyfjum, ógleðistillandi lyfjum og blóðþynnandi lyfjum
- Viðtal við næringarfræðing og skriflega fræðslu
- Endurkomutíma hjá lækni
- Tíma í heftatöku 10-14 dögum eftir aðgerð
- Símatíma hjá hjúkrunarfræðingi á göngudeild 10E, 30 dögum eftir aðgerð
- Vítamín B12 sprautu

## Útskriftarfræðsla

### Verkir

Mikilvægt er að draga úr verkjum eins og kostur er því verkir geta seinkað bata. Lyfseðill er sendur rafrænt í apótek. Taka á verkjalyf samkvæmt leiðbeiningum á lyfseðli. Smám saman er dregið úr töku lyfjanna með því að minnka skammta eða taka lyfin sjaldnar. Aðrar 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. Aukaverkanir eru mismunandi eftir lyfjum. Sterk verkjalyf geta valdið hægðatregðu.

### Akstur

Sum verkjalyf skerða aksturshæfni, því má ekki aka bíl meðan þeirra er þörf. Læknar deildarinnar veita upplýsingar um aukaverkanir lyfja.

### Mataræði

Búast má við breytingum á matarþoli eftir aðgerðina, en einstaklingsbundið er hvernig gengur að borða. Til að sporna við of miklu þyngdartapi og vannæringu þarf að huga vel að mataræði og næringargildi matarins. Næringardrykkir geta verið góð viðbót milli mála og stundum komið í stað máltíðar.

Sumir fá einkenni um sturtæmingu maga (Dumping syndrome) sem kemur þegar matur fer hratt niður meltingarveginn. Helstu einkenni eru ógleði, uppköst, uppþemba, magakrampar, hraður púls, svimi og slappleiki. Þau koma oftast fram 10-30 mínútum eftir máltíð og eru einstaklingsbundin. Til að forðast einkenni er mikilvægt að fylgja leiðbeiningum næringarfræðings.

Eftir aðgerðina þarf að fá B12 vítamín ævilangt í sprautu- eða töfluformi. Því þarf að fylgjast með blóðgildum árlega á heilsugæslustöð svo sem B12 vítamíni, járni, kalki og D vítamíni.

#### Nokkur almenn ráð um máltíðir:

- Sitja uppréttur meðan borðað er.
- Gefa sér góðan tíma til að borða og tyggja matinn vel.
- Borða og drekka oft en lítið í einu.
- Æskilegt er að borða þrjár máltíðir á dag og fá sér auk þess hressingu milli mála að minnsta kosti tvisvar til þrisvar yfir daginn.
- Drekkja lítið í kringum máltíðir, frekar drekka 30 mínútum fyrir eða 30 mínútum eftir máltíð ef hægt er.
- Gosdrykkir, mikil sykurneysla, sjóðheitur matur eða iskaldur getur valdið óþægindum.

## Þvaglát og hægðir

Búast má við meltingartruflunum, svo sem niðurgangi eða hægðatregðu en ekki ættu að verða breytingar á þvaglátum vegna aðgerðarinnar.

## Skurðsár

Fylgjast þarf með útliti skurðsárs með tilliti til roða, bólgu og vessa. Óhætt er að fara í í sturtu en ekki er ráðlegt að fara í baðkar, heitan pott eða sund fyrr en skurðsár er vel gróið. Málmhefti eða saumar eru fjarlægðir 10-14 dögum eftir aðgerð í endurkomutíma eða á heilsugæslustöð ef þeir eru til staðar. Ör eftir skurðaðgerð eru viðkvæm fyrir sterku sólarljósi í allt að 12 mánuði eftir aðgerð.

## Hreyfing

Mælt er með að hreyfa sig daglega að getu þar sem það getur aukið þrek og matarlyst. Forðast skal áreynslu í 4–6 vikur eftir aðgerð og varast að lyfta eða bera þunga hluti (yfir 5 kg) á meðan skurðurinn er að gróa.

## Kynlíf

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

## Svefn og hvíld

Búast má við þreytu og úthaldsleysi fyrstu mánuðina eftir aðgerð. 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.

## Andleg líðan

Sumir finna fyrir kvíða og óöryggi þegar þeir útskrifast. 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 mælt með að leita aðstoðar, til dæmis hjá heimilislækni.

## Annar stuðningur og úrræði

- 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/studningur/radgjof](http://www.krabb.is/studningur/radgjof)) býður upp á fræðslu, viðtöl, faglega ráðgjöf, sálgæslu, djúpslökun, ýmis námskeið og hagnýtar upplýsingar.



## Vinna

Gera þarf ráð fyrir að vera frá vinnu í 6–12 vikur, háð starfi og líðan. Hefja má vinnu aftur í samráði við lækni.

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

- Líkamshiti er hærra en 38,5°C
- Verkir aukast eða minnka ekki við verkjalyf
- Blæðir eða vessar úr skurðsári
- Roði eða bólga er í kringum skurðsár
- Viðvarandi ógleði, uppköst eða niðurgangur
- Verkur eða bjúgur er í kálfa eða fæti

**Í bráðatilvikum er ráðlagt að leita á bráðamóttöku**

## Símanúmer

Göngudeild skurðlækninga 10E (innskriftarmiðstöð)	543 2200
Dagdeild skurðlækninga 13D	543 7480
Kviðarhols- og þvagfæraskurðeild 13EG	543 7500
Vöknunardeild	543 7230
Skriptiborð Landspítala er opið allan sólarhringinn	543 1000

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja ef spurningar vakna.

Þetta fræðslufni er gert fyrir sjúklinga Landspítala og aðstandendur þeirra og er byggt á bestu þekkingu við útgáfu þess. Tilgangur fræðslufnisins 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.

ÚTGEFANDI:  
LANDSPÍTALI  
MIÐSTÖÐ SJÚKLINGAFRÆÐSLU  
APRÍL 2025  
FRÆ-0622

ÁBYRGÐARMENN:  
YFIRLÆKNIR  
KVIÐARHOLSSKURÐLÆKNINGA OG  
DEILDARSTJÓRI 13EG

HÖNNUN:  
GRAFÍSKUR HÖNNUÐUR  
LANDSPÍTALA