

# Tunntarms- och tjocktarmoperation, information inför

## Inför behandling

- Du kan själv påverka ditt operationsresultat. Sunda levnadsvanor minskar risken för komplikationer.
- Rökstopp 6–8 veckor före och efter operationen ger bättre sårhäkning, minskar risk för sårinfektioner och problem med hjärta, lungor och kärl.
- Alkoholstopp 4 veckor före operation minskar risken för infektioner, akuta hjärtproblem och blödningar.
- Näringsrik kost och goda matvanor ger bättre sårhäkning och mindre risk för infektion.
- Fysisk aktivitet och god kondition underlättar återhämtningen efter operation.
- Observera att även kortare rök- och alkoholstopp än angiven tid i texten ovan påverkar komplikationsrisken i positiv riktning.

## Före operationen

Du blir inlagd på avdelningen eller på SÄS Hotell dagen före din operation och då sker förberedelser såsom kompletterande provtagning. Hela dagen får du äta och dricka som vanligt såvida din läkare inte har ordinerat något annat. Under kvällen kommer du att få en dryck rik på kolhydrater, en så kallad preop-dryck och på operationsdagens morgon, i vissa fall, även ett litet lavemang för att göra rent din tarm.

## Operationen

Operationen sker genom tithålskirurgi alternativt ett snitt i buken. Den del av tunntarmen eller tjocktarmen som är drabbad av sjukdom tas bort. Din läkare förklarar mer detaljerat hur just din operation går till.

Under operationen är du sövd och får i vissa fall ryggbedövning som också används som smärtlindring efter det att operationen är klar. Du får en urinvägskateter inlagd i urinblåsan. Denna kateter kommer du att ha kvar så länge du behöver.

## Efter operationen

Efter operationen vaknar du upp på vår uppvakningsavdelning, även kallad postoperativa avdelningen. Det är viktigt att du rör på dig efter att du har vaknat. Målet är att du ska sitta uppe utanför sängen sammanlagt två timmar efter det att operationen är avslutad. Du kommer att få dricka cirka fyra timmar efter uppvaknandet, målet är att du ska dricka minst 500 ml vätska där inkluderat två förpackningar näringsdryck. Kaffeintag stimulerar tarmaktiviteten och erbjuds redan operationsdagen. Du kommer troligtvis att sova en natt på uppvakningsavdelningen innan du kommer tillbaka till vårdavdelningen.

## Dagarna efter operationen fram till hemgång

Dagarna efter operationen får du äta vanlig mat och du förväntas dricka minst två liter vätska per dygn inkluderande tre förpackningar näringsdryck för att tillgodose ditt ökade behov av näring. Kaffeintag 3 ggr dagligen är bra för tarmfunktionen. Att tugga tuggummi ökar tarmaktiviteten och föreslås om möjligt de första dagarna efter operationen. Målet är att du ska vara uppe minst åtta timmar per dygn fördelat över dagen med avbrott för korta stunder av vila på sängen.

Måltiderna serveras i huvudsak i vårt dagrum vilket ger dig ett naturligt tillfälle till att vara uppe och vara aktiv. Vi ser helst att du går minst två vändor i korridoren varje dag. För att kunna hjälpa dig på bästa vis för vi tillsammans anteckningar över din kost och din aktivering i loggblad som du får av oss.

## Smärtbehandling

En god smärtlindring är viktigt för att du så snabbt som möjligt ska komma tillbaka till dina normala aktiviteter. Med det menar vi att du ska kunna vara uppe och röra dig och att du ska kunna äta ordentligt. Om du har fått en ryggbedövning, har du kvar den i två dagar efter operationen. Du får även tabletter med paracetamol. När ryggbedövningen tas bort kompletterar vi med en starkare värktablett. Om du vid något tillfälle trots detta har ont ska du be att få tala med din sjuksköterska så att du kan få den hjälp du behöver.

## Utskrivning

Du blir utskriven när du fått tillbaka dina normala kroppsfunktioner, som till exempel haft gasavgång eller avföring. Du ska kunna äta och dricka och du ska ha en tillfredsställande smärtlindring med

värktabletter. De flesta patienter skrivs ut 3-5 dagar efter operationen. För att minimera risken för blodpropp så kommer du i cirka 4 veckor få en blodförtunnande injektion Du själv eller någon anhörig kommer att få noggrann instruktion om hur man går tillväga med injektionen. Du kan i andra fall även få hjälp av en distriktssköterska med injektionen. På utskrivningsdagen kommer du att få ett samtal med din läkare. Tid för återbesök bokas, du får kallelse per post. Du får även information om telefonkontakt med avdelningen samt erhåller ett recept på värktabletter och ett sjukintyg vid behov.

## Kost och motion

Du kan äta och dricka som vanligt när du kommer hem, om du inte fått annan instruktion. Det är vanligt att matlusten minskar en kort tid efter operationen. Du kommer troligtvis att känna dig lite trött en tid efter hemkomsten, därför är det viktigt att du rör på dig. Promenader rekommenderas. Du bör undvika tunga lyft de kommande sex veckorna.

## Värktabletter

Du behöver troligtvis fortsätta äta värktabletter när du kommer hem och du avgör själv när du kan sluta med dem. När värken minskar kan du med fördel enbart ta paracetamol regelbundet och undvika de starkare tabletterna.

## Dusch och förband

Du kan duscha som vanligt, det förband du får av oss är vattentätt. Stygnen är vanligtvis självabsorberande och behöver inte tas bort.

## Kontaktuppgifter

Om du får tilltagande smärta, feber eller illamående vill vi att du kontaktar oss snarast. De två första veckorna efter hemkomst ta kontakt med avdelningen i första hand. Efter denna tid kontaktar du din vårdcentral alternativt din kontaktsjuksköterska och vid akuta fall kontakta 1177.

## Kirurgmottagning Borås

Tfn: 033 – 616 10 55

Mån - fre kl. 07:30-09:00

### **1177 – tryggt om din hälsa och vård**

På 1177.se kan du få mer information om sjukdomar, undersökningar, behandlingar och läkemedel samt få råd om hälsa. Du kan även läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt. [www.1177.se](http://www.1177.se)

# Information om handlingen

**Handlingstyp:** Patientinformation

**Gäller för:** Kirurg- och öronklinik

**Innehållsansvar:** Magnus Joelsson, (magjo1), Överläkare

**Granskad av:** Magnus Joelsson, (magjo1), Överläkare

**Godkänd av:** Eija Hägg, (eijha2), Verksamhetschef

**Dokument-ID:** SAS9004-593667208-201

**Version:** 4.0

**Giltig från:** 2025-10-15

**Giltig till:** 2027-10-15