

Patientinformation

Till dig som genomgått kejsarsnitt

Såret

Intrakutana stygn - vanligast: stygnen är satta dolda i huden med självupplösande tråd som inte behöver tas bort. Steri-strip är tejpremsor som sitter över såret, dessa kan sitta kvar tills de trillar av eller blir smutsiga.

Metalclips – används sällan: dessa ska tas bort tio dagar efter operation.

Det sitter ett förband över operationssåret, det är vattentätt och det går bra att duscha med det. Förbandet ska tas bort 7 - 10 dagar efter operation. Skulle det lossna i kanten kan du ta bort det tidigare. För att nå bästa kosmetiska resultat av sår läkningen rekommenderas användning av kirurgisk tejp (till exempel Micropore eller liknande) över äret, den kan köpas på apoteket. Tejpen sätts långsgående över såret upp till sex månader och byts vid dusch.

Du bör undvika direkt solljus på äret i upp till ett år för optimal ärläkning.

Att vara uppmärksam på

Det är normalt att såret upplevs hårt och stramt samt att huden vid såret känns domnad. Du bör kontakta oss vid tilltagande rodnad eller vätska i såret, förvärrade smärtor, feber, riklig underlivsblödning eller vid sjukdomskänsla. Så länge du har underlivsblödning/avslag skall du undvika bad, samlag och inte använda tampong. Det är väldigt vanligt med förstoppning efter förlossning. Vi rekommenderar receptfria läkemedel som finns att köpa på apoteket.

Smärta och fysisk aktivitet

Okomplicerade kejsarsnitt utgör ingen grund för sjukskrivning.

Det är normalt att det ömmar och sträcker i såret några dagar efter operation.

Efter några dagar brukar smärtan avta i intensitet.

Vi rekommenderar att du tar smärtlindring regelbundet.

Var god se separat råd om smärtlindring.

Efter operation rekommenderar vi lugn fysisk aktivitet som promenader vilket främjar god läkning och minskar risken för komplikationer. Att bära det nyfödda barnet och

sköta det påverkar inte sår läkningen negativt. Avstå från tunga lyft och ansträngningar som kan orsaka smärta. Öka din träningsnivå försiktigt. Du kan börja återgå till träning som till exempel jogging, gympa eller magmuskelövningar efter tidigast åtta veckor. Kejsarsnittet i sig är inget hinder för att börja med bäckenbottenträning några dagar efter operation, tvärtom är det bra att komma igång med dagliga knipövningar.

Var god se råd från sjukgymnast.

Blodförtunnande sprutor, Fragmin

Efter operation har du fått blodförtunnande sprutor, Fragmin. Dessa förebygger risken att få blodproppar. Behandlingstiden kan variera beroende på hur graviditeten varit och hur operationen fortlöpt. Eventuellt kommer du att få med dig ett recept på sprutor att ta hemma. Den läkare som har samtalet med dig inför hemgång kommer att informera om behandlingens längd. Du tar sprutorna i utsidan på låret.



Huden på låret lyfts med pekfinger och tumme inför injektionen.

Sprutan injiceras i 45 graders vinkel.

Avvakta 5 sekunder innan spetsen tas ut helt.

Uppföljning

Återbesök till din Barnmorskemottagning efter sex till åtta veckor. Du kontaktar själv Barnmorskemottagningen för att boka tid.