

Information till dig som ska opereras för framfall

Framfall innebär att en eller flera av slidans väggar, tillsammans med bakomliggande organ, buktar in i slidan. Orsaken är att de muskel- och bindvävsstrukturer som håller slidväggarna på plats har försvagats. Därtill kommer bortfallet av östrogen efter klimakteriet som ger en successiv förtvining av muskulatur och elastisk vävnad i bäckenbotten. Förlossning, övervikt, fysiskt tungt arbete, kronisk hosta och andra faktorer som innebär en ökning av buktrycket och därmed en extra belastning på bäckenbotten, är sannolikt utlösande faktorer till framfall. Om du inte har fått veta hur operationen påverkar ditt samliv så fråga din operatör om det.

Innan operationen

Laxering

En vecka innan operationen rekommenderar vi att du äter katrinplommon eller köper receptfritt laxeringsmedel på apoteket för att avföringen ska bli så mjuk att du inte behöver krysta vid toalettbesök.

Fasta

- Du får inte äta, inta några mjölkprodukter, snusa eller röka inom **6 timmar** före din planerade operationstid.
- Du får gärna dricka klara drycker, till exempel vatten, saft, te och kaffe, fram till **2 timmar** innan den tid du har fått.

Hygien

- Duscha som vanligt innan du kommer.

Läkemedel

- Ta inga läkemedel på morgonen. Ta med dessa mediciner och gärna aktuell medicinlista.
- Om du har blodförtunnande medicin såsom Waran, Clopidogrel, Brilique, Xarelto, Eliquis eller Pradaxa kontaktar du din läkare på respektive mottagning för eventuell utsättning.
- Ta inga naturläkemedel två veckor innan operationen.
- Är du diabetiker, se separat bifogad information.

Övrigt

- Låt eventuell tandbrygga eller tandprotes sitta kvar.
- Använd inte kontaktlinser. Piercing och andra smycken måste också tas bort.

Operationen

Operationens syfte är att förstärka slidväggarna och ibland tar man även bort en del av livmodertappen.

Operationen sker via slidan och tar cirka 30–60 minuter.

Ingreppet utförs i narkos, ryggbedövning eller lokalbedövning och lugnande läkemedel.

Du får en kateter insatt i urinblåsan som sedan tas bort.

Efter operationen

Efter operationen ligger du på dagkirurgiska avdelningen några timmar för att återhämta dig innan hemgång. Dagkirurgiavdelningen bjuder på något att dricka och äta. Om du har ont får du smärtstillande.

Det är viktigt att komma i rörelse tidigt för att undvika komplikationer såsom förstoppning eller blodpropp.

Det kan göra ont några dagar efter ingreppet. Vi rekommenderar att du har smärtstillande läkemedel innehållande paracetamol, till exempel Alvedon/Panodil och eventuellt Ibumetin/Ipren, hemma.

Efter det att urinkatetern är dragen kontrollerar personalen på dagkirurgiska avdelningen att du kan tömma urinblåsan. Är kontrollen normal får du åka hem. Ibland kan övergående blästömningssproblem förekomma, varvid urintappning med kateter kan behövas. Skulle problemet kvarstå får du gå hem med kateter och det följs upp dagen efter.

Förutom blästömningssvårigheter kan trängningar och urinvägsinfektion uppstå efter operationen. Det är viktigt att veta att urinflödet ofta blir långsammare och att toalettbesök får ta lite längre tid efter operationen. Ibland kan du underlätta blästömningen genom att ändra kroppsläge när du kissar.

Sjukskrivningstiden varierar mellan 2–4 veckor beroende på vad du arbetar med. De längre tiderna gäller oftast då man har arbeten med tunga lyft.

Tänk på att du inte är ensam hemma första natten efter operationen.

Efter operationen

- Under läkningstiden kan framfallsoperationen äventyras av kraftigt ökat buktryck som till exempel krystning, ihållande hosta och tunga lyft.
- Du kan promenera och vistas ute redan vid hemkomsten samt även utföra allmänna hushållsgöromål.
- Du ska undvika gymnastik, löpning, dans och trädgårdsarbete i 6 veckor efter operationen.
- Du ska inte lyfta väskor, små barn etc förrän 6 veckor efter operationen.

- Du kan börja med bäckenbottenträning 4 veckor efter operationen, eller i samråd med den läkare som har opererat dig. Träningen är viktig för att minska risken för återfall och befrämjar också samlivet.
- Du kan ha måttliga blödningar 10–14 dagar efter operationen.
- Din menstruation kan förskjutas (om du fortfarande menstruerar).
- Du bör vänta med samlag i 3–4 veckor för att gynna läkningen i slidans stygn.
- Du kan börja med lokalt östrogen 2 veckor efter operationen.
- Det kan vara ”jobbigt” att komma igång med magen varför laxering rekommenderas.
- Du ska äta som vanligt. Vid trög mage rekommenderas katrinplommon, linfrö och vetekli etc. Tänk på att dricka.
- Du kan duscha som vanligt. Däremot bör du undvika karbad och bassängbad både ute och inne tills blödningen har upphört, cirka 2 veckor efter operationen.
- Innan du går hem får du ett *skriftligt utskrivningsråd*.
- Du får en uppföljningsenkät efter 8 veckor.

Till sist

Oförutsedda händelser kan inträffa som gör att vi med kort varsel måste ändra din operationsdag.