



## **Till dig som ska opereras**

För att du ska vara rätt förberedd inför operationen är det viktigt att du läser igenom denna information.

Broschyren är utformad av  
personal på  
Kvinnokliniken  
Skaraborgs Sjukhus

Uppdaterad 2026

## Hjälp hemma efter operationen

Det är bra att planera de närmste dagarna efter operationen/ behandlingen. Förbered dina närstående på att du kan behöva hjälp. Tänk igenom om du behöver kommunal hjälp när du kommer hem eller hjälp med eventuella injektioner till exempel Fragmin. Personalen kan hjälpa till att ta kontakt med kommunen/Närhälsan.

## Inför operationen

### Hygien

För att minska infektionsrisken ska du duscha med ett speciellt bakteriedödande medel Descutan/Hibiscrub. Det köper du på ett apotek. Följ instruktionerna i paketet. Du ska duscha både på kvällen innan operationsdagen och på operationsdagens morgon, innan du kommer till avdelningen.

- Ta bort smycken samt piercing och lämna dem hemma.
- Ta bort nagellack och använd inte hud- eller hårprodukter, make-up eller parfym efter att du har duschat.
- Ta på dig kläder som inte sitter åt runt operationsområdet.
- Använd inte kontaktlinser under operationen.
- Ta med eventuella hjälpmedel

## Fasta

Fasta innebär restriktioner för mat och dryck. Det innebär också att du ska avstå från tuggummi, snus och rökning från midnatt innan operationsdagen.

### **Information till dig som ska komma kl 06:30 till**

#### **avdelning**

Du kan äta vanlig mat fram till midnatt dagen innan. Därefter får du dricka klara drycker såsom vatten, saft, kaffe och te utan mjölk.

Efter kl 5.30 ska du inte äta eller dricka någonting.

### **Information till dig som ska komma kl 09:00 till**

#### **avdelning**

Du kan äta vanlig mat fram till midnatt dagen innan. Därefter får du dricka klara drycker såsom vatten, saft, kaffe och te utan mjölk.

Efter kl 8.00 ska du inte äta eller dricka någonting.

### **Information till dig som ska komma kl 10:00 till**

#### **avdelning**

Du kan äta en lättare frukost, till exempel fil, flingor, kaffe/te och smörgås. Denna ska vara uppäten senast kl 5.30. Därefter får du endast dricka klara drycker såsom vatten, saft, kaffe och te utan mjölk.

Efter kl 9.00 ska du inte äta eller dricka någonting.

## **Operationsdagen**

Gå till BB-Gynekologiavdelningen som ligger vid målpunkt C, plan 2 ta hissen till plan 3. Ring på klockan vid dörren till avdelningen, så kommer personal att ta emot dig.

## **Information om smärtlindring**

Det finns olika typer av smärtlindring. Tillsammans med narkosläkare bedöms vad som är bäst för dig.

Om du ska få en spinalbedövning får du ett stick i ryggen, i ryggskanalen, med en smal nål av en narkosläkare. Antingen får du endast bedövningsmedel eller så lägger man till en liten dos morfin. Efter det är du bedövad från midjan och nedåt

Efter operationen släpper bedövningen successivt och känsel samt rörlighet kommer tillbaka inom några timmar.

För att vi ska kunna ge dig optimal smärtlindring använder vi oss av VAS-skalan. Där vi ber dig uppskatta din smärta mellan 0–10. 0 är ingen smärta och 10 är värsta tänkbara smärta.

## **Efter operationen**

Du stannar på uppvakningsavdelningen några timmar innan du återkommer till BB-gynekologiavdelningen. På avdelningen får du hjälp med smärtlindring och att komma upp och röra på dig.

Inför hemgång kommer du att få ett skriftligt utskrivningsråd som berättar vad du ska tänka på efter operationen och vart du ska vända dig om du inte mår bra. Du får också utskrivningsinformation där läkaren berättar om operationen du har genomgått.

# Din säkerhet på sjukhus



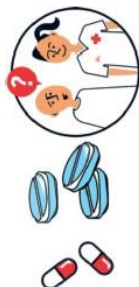
## Rätt information

Säg till om du är överkänslig eller allergisk mot något.  
Kontakta vårdpersonalen om du har frågor om din vård eller din behandling.



## Dina läkemedel

Berätta vilka läkemedel du tar och varför.  
Säg till om du inte vet varför du ska ta ett visst läkemedel.  
Tala med en läkare, sjuksköterska eller en apotekare om du har frågor kring dina läkemedel.



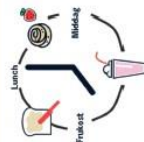
## Skydda dig själv och andra mot smitta

Twätta och sprita dina händer innan du äter.  
Använd endast den toalett som anvisats dig.  
Twätta och sprita dina händer efter toalettbesök.  
Säg till om du har kräkts eller har diarré.  
Nys eller hosta i armvecket.  
Använd pappersnäsduk när du snyter dig och sprita händerna efteråt.  
Tveka inte att fråga personalen om de har rena händer innan de tar i dig.



## Den viktiga maten

Be personalen om råd om du äter specialkost.  
Vid sjukdom är det lätt att förlora vikt och muskelmassa.  
Då ökar risken för att ramla och du kan lättare få infektioner.  
Ät mer proteinrik mat. Du kan till exempel be om dubbel pålägg och äta ägg till frukost.  
Välj feta mjölkprodukter och be om extra smör på smörgåsen.  
Ät ofta och glöm inte mellanmål.  
En dessert eller en kaka ger lite extra energi.





### Förebygg fallolyckor

Använd stadiga skor som sitter bra på foten eller anti-hallssockor.  
Be personalen om hjälp om du känner dig yr eller ostadig när du ska upp och gå.  
Om du lätt blir yr, sitt en stund på sängkanten, trampa med fötterna och drick lite vatten innan du reser dig.



### Förebygg blodproppar

Rör på dig så ofta du kan.  
Använd stödstrumpor om du har sådana.  
Försök göra enkla bent- och armböjningar.  
Drick vatska efter personalens rekommendationer.



### Förebygg trycksår

Om du kan, försök att röra dig i sängen och ändra läge ofta.  
Även små lägesändringar gör stor nytta.  
Säg till om du ligger obekvämt eller om det gör ont, till exempel på halarna.  
Personalen hjälper dig gärna att vända dig i sängen eller ändra läge i stolen.



### Dags att lämna sjukhuset

Innan du lämnar sjukhuset se till att du har fått:

- din vård- och läkemedelsberättelse
- veta vem du ska kontakta om du har frågor
- information om eventuell uppföljning av din vård och behandling

