

Välkommen till Kärlkirurgiska kliniken på Sahlgrenska Universitetssjukhuset!

Till dig som skall opereras för pulsåderbräck på stora kroppspulsådern/aortaaneurysm

Med denna guide vill vi hälsa dig och dina närstående välkomna till Kärlkirurgiska kliniken vid Sahlgrenska Universitetssjukhuset i Göteborg. Syftet med detta häfte är att ge dig information samt ökad delaktighet och möjlighet att påverka din vård före, under och efter din tid på sjukhus.

Det finns många sätt att reagera på ett sjukdomsbesked, en förestående undersökning eller ett ingrepp och man har olika behov av att få information.

Den behandling du ska genomgå är en daglig rutin för personalen på Kärlkirurgen men vi förstår att du ändå kan känna osäkerhet inför detta. Vår målsättning är att du som patient ska få uppleva trygghet i form av ett säkert omhändertagande såväl kirurgiskt som omvårdnadsmässigt och även känna att du är delaktig i din vård.

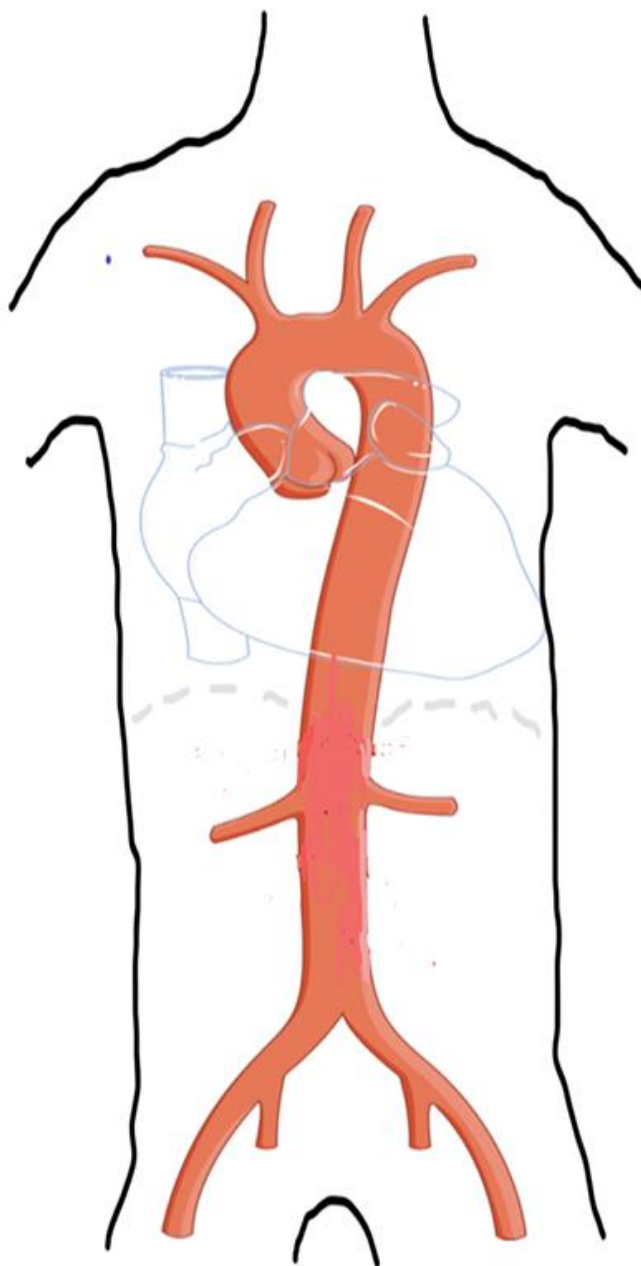


Kärlkirurgisk kliniken, avdelning 138, Bruna stråket 5, Sahlgrenska Universitetssjukhus

Vad innebär diagnosen du fått och vad beror den på?

Du och din läkare har nu kommit överens om att ditt pulsåderbråck ska åtgärdas med en operation. Oftast beror sjukdomen på ålder, rökning, diabetes, högt blodtryck samt ärftliga faktorer.

Var sitter mitt pulsåderbråck?



Är operationen riskfri?

Riskerna med ingreppet får vägas mot sjukdomen. Information om detta får du av läkare. Inför operationen kan du själv bidra med att minska risken för komplikationer. Avstå från tobak och alkohol i minst två veckor före och efter operationen. Rör på dig så mycket du kan och orkar med. Att du har bra kondition är positivt. Ät hälsosamt och gärna näringsrikt dagarna innan operationen.

Förberedelser på sjukhuset inför din operation

Cirka en till två veckor innan din operation kommer du att bli kallad till ett inskrivningsbesök på kärlkirurgimottagningen. Under inskrivningsdagen sker en del förberedelser men det blir också en del väntan. Något att läsa kan vara bra att ha med. Vi uppmanar att du tar med en närstående till inskrivningen som stöd. Skriv gärna i förväg ner eventuella frågor du vill ha svar på inför/i samband med/eller efter operationen.

När du kommer till inskrivningsmottagningen träffar du kärlkirurg, sjuksköterska och fysioterapeut samt narkosläkare som kommer att ge dig ytterligare information om ingreppet samt de rutiner som gäller inför din operation och vistelse här. Du genomgår även provtagning och eventuellt kompletterande undersökningar. För att kunna planera din vård individuellt kommer vi att behöva vissa uppgifter om din hälsosituation. Speciellt viktigt är att du informerar om vilka mediciner du tar, **ta med dig en uppdaterad medicinlista med läkemedelsnamn, styrka och dos.** Informera om eventuella allergier och om du behöver hjälp med vissa moment i ditt dagliga liv. Diskutera gärna med dina närstående om hur ni bäst förbereder för när du kommer hem från sjukhuset. Om du innan operationen anser att du kommer behöva hjälp i hemmet underlättar det för planeringen inför din hemgång att du redan innan operationen har tagit kontakt med din biståndshandläggare.

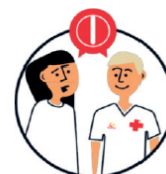
DIN SÄKERHET PÅ SJUKHUS ÄR VIKTIG

Läs gärna igenom om hur du själv kan förebygga vårdskador.



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.



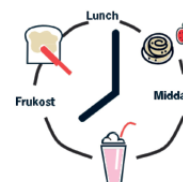
Skydda dig själv och andra mot smitta

Tvätta och sprita dina händer innan du äter.
Använd endast den toalett som anvisats dig.
Tvätta och sprita dina händer efter toalettbesök.
Säg till om du har kräcks eller har diarré.
Nys eller hosta i armvecket.
Använd pappersnäsduk när du snyter dig och sprita händerna efteråt.



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 dubbelt pålägg och äta ägg till frukost.
Välj feta mjölkprodukter och be om extra smör på smörgåsen.
Ät ofta och glöm inte mellanmålen.
En dessert eller en kaka ger lite extra energi.



Förebygg fallolyckor

Använd stadiga skor som sitter bra på foten eller anti-halksockor.
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

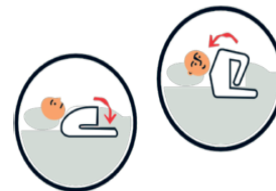
Rör på dig så ofta du kan.
Använd stödstrumpor om du har sådana.
Försök göra enkla ben- och ankelövningar.
Drick vätska efter personalens rekommendationer.



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 hälar. Personalen hjälper dig gärna att vända dig i sängen eller ändra läge i stolen.



Läkemedel och hjälpmedel

Ta gärna med udda läkemedel, exempelvis inhalationer eller insulinpenna/pump.

Om du är diabetiker och äter diabetesläkemedel skall du oftast göra uppehåll med dessa innan operationen. Speciella regler kan gälla för vissa blodförtunnande mediciner. Information om detta får du vid inskrivningsbesöket. Om du äter Waran skall du kontakta din AK-mottagning för att få hjälp med den tillfälliga utsättningen. Vid osäkerhet om utsättning av läkemedel kontakta koordinatören på **tel. 031-342 30 61**.

Har du en pacemaker vill vi att du talar om det.

Har du sömnapné och använder CPAP hemma skall du ta med dig den till avdelningen.

Bra att ha med till sjukhuset

Ta med det nödvändigaste såsom stadiga inneskor och necessär. Patientkläder finns att tillgå på sjukhuset. Mobil och Ipad får gärna användas men visa hänsyn till dina medpatienter. Ta gärna med hörlurar och stäng av ringtonen efter kl. 20:00. Fri Wifi finns. Smycken, kontanter och dyra kläder mår bäst hemma. Sjukhuset kan ej ansvara för tillhörigheter.

Sekretess

Patientens integritet skyddas av sekretesslagen. Utgångspunkten är att alla uppgifter om en patient är sekretesskyddade/hemliga och får inte föras vidare.

Hygien

Hos oss är du i rena händer! Inom sjukvården använder vårdpersonalen handsprit före och efter patientkontakt. Du som patient eller dina närstående skall undvika att besöka sjukhuset om du eller någon i din familj är sjuk. Har du eller närstående varit sjuk, krävs symptomfrihet i minst 48 timmar innan besöket. Vid osäkerhet kontakta koordinatören. Alla är välkomna att använda de pumpar med handsprit som finns vid varje handfat eller patientsäng.

Telefon och besök

Dina närstående kan ringa både till avdelningen och till övervakningsavdelningen för att höra hur du mår. Har du frågor till sjuksköterskan är du välkommen att ringa till sjuksköterskeexpeditionen på **031-342 11 38**. Tänk på att sjuksköterskorna ofta är upptagna fram till kl. 11.00 och har svårt att hinna prata i telefon. De svarar gärna på era frågor så fort de får tid. Du som närstående har möjlighet att komma på besök mellan kl. 14.00–19.00 varje dag hela veckan. Tänk dock på att inte använda starka parfymer och att två personer åt gången kan vara nog så mycket för den som är patient. Tänk också på att det finns rumskamrater som behöver lugn och ro. Telefon till övervakningsavdelningen är **031-342 10 95**.

Förberedelser i hemmet

För att minska risken för infektioner är det mycket viktigt med god hygien. Inför operationen måste du därför duscha tre gånger så kallade dubbelduschar med en speciell bakteriedödande svamp, Descutan, tvätta dig noga enligt bruksanvisningen. Första gången hemma på morgonen dagen innan operationen och sedan på sjukhuset en gång på kvällen och på operationsdagens morgon.

Dagen innan operationen

Du kommer till avdelningen på eftermiddagen och får träffa din sjuksköterska och undersköterska. Kärlkirurgen som ska operera dig kommer också att träffa dig innan operation. Vi kommer att hjälpa dig med förberedelser inför operationen nästa dag. Efter kl. 24:00 får du inte äta och dricka.

Operationsdagen

Du blir väckt ca kl. 05.30- 06.00 om du har fått en tidig operationstid för att du skall göra din tredje och sista dusch. Ibland blir man även rakad i ljumskarna och över bröstet. Du får ingen frukost då det är viktigt att din magsäck är tom inför operationen. Du skall inte ta några av dina egna mediciner på morgonen utan du får de mediciner som läkarna har ordinerat.

När du kommer till operationssalen tas du emot av narkospersonalen.

Efter operationen

Under det första dygnet efter operationen vårdas du på en övervakningsavdelning för noggrann observation. Därefter kommer du tillbaka till avdelningen för fortsatt vård och återgång till normala aktiviteter och egenvård. Du kan känna dig trött efter operationen men att vara uppe och röra sig så mycket som möjligt underlättar din fysiska återhämtning. Det minskar också risken för komplikationer som blodpropp och lunginflammation. Redan dagen efter operation behöver du komma upp och sitta i fåtölj samt promenera i korridoren. Narkosmedel och sängläge sänker vår lungvolym. Genom att göra andningsövningar kan du återställa lungvolymen. Andningsträningen gör du varannan vaken timme. Upplever du att andningsträningen smärtar bör du be om smärtlindring.

Ta flera gånger om dagen 10 andetag i följd genom munstycket.

Andas in extra djupt och andas ut mot motståndet utan att pressa ut luften.

Upprepa dessa 10 andetag ytterligare 1-



Din mage och tarm har ”somnat” under operationen. Det bästa sättet att få tarmen att ”vakna” igen är att äta, dricka och röra på sig. Det är vanligt att magen är lite orolig den första tiden efter operationen. Det är inte heller ovanligt att man dagarna efter operationen besväras av mardrömmar. Prata med personalen om du tycker det är besvärligt.

Smärta

Upplevelsen av smärta är väldigt individuell. Både för ditt välbefinnande och för att du skall komma i gång med din återhämtning är det viktigt att du får hjälp med smärtlindringen. Att försöka uthärda smärta är inte gynnsamt. Smärtan är lättare att behandla innan den blivit för svår och därför är det viktigt att du inte väntar för länge med att be om hjälp med smärtlindring. Du är bra smärtlindrad om du kan djupandas, hosta och tar dig ur sängen. Ett skonsamt sätt att ta dig ur sängen de första 4–5 dagarna är via sidoliggande. Fysioterapeuten kommer visa dig hur.



Böj på dina knän och vänd över på sidan.

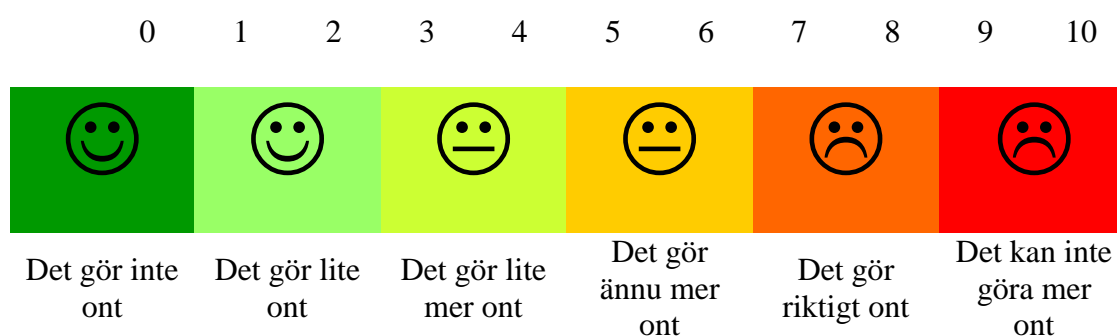
För benen över sängkanten och tryck ifrån med armarna så du kommer upp i sittande.

När du ska lägga dig ned gör på motsvarande sätt i omvänd ordning.

Att hosta kan vara svårt. Det kan lindra att med dina händer ge stöd och trycka emot på såret utifrån.

För att bedöma hur ont du har använder vi oss av en skala från ett till tio (en så kallad VAS-skala). Ett betyder ingen smärta och tio värsta tänkbara smärta.

Uppskatta hur ont du haft som mest under dagen:



DIN LOGGBOK FÖR ÅTERHÄMTNING

För att ge dig möjlighet att vara delaktig i din egen vård och kunna följa din återhämtning dag för dag använder vi en loggbok. Denna finns inte i digital form utan den kommer du få i ett separat brev alternativt i samband med inskrivningsbesöket. Använd gärna loggboken som underlag i samtal med läkare, sjuksköterskor, fysioterapeut och undersköterskor och notera gärna frågor och funderingar. Loggboken är gjord för fem dagar. Din vistelse på sjukhuset kan bli längre. Om det skulle bli fallet kan vi komplimentera loggboken med fler sidor om du önskar.

Jag är redo för att gå hem när jag kan:

Äta och dricka utan illamående

Känner mig väl smärtlindrad

Jag kan mobilisera mig fritt med eller utan hjälpmedel

Jag har skött magen

Jag känner mig trygg in för hemgång

CHECKLISTA INFÖR DIN UTSKRIVNING

- **Utskrivningssamtal med läkare** ()
- **Fått min ”Vård och läkemedelsberättelse”** ()
- **Läkemedelslista** ()
- **Recept:** () skickats elektroniskt till apoteket () behövs inte
- **Sjukskrivning/Annan typ av intyg:** () fått () behövs inte
- **Utskrivningssamtal med sjuksköterska** ()
- **Remiss till vårdcentral för borttagning av agraffer** () fått () behövs inte
- **Återbesökstid:** () fått i handen () ska få det hemskickat



Vitsippordalen, Botaniska trädgården

ATT TÄNKA PÅ NÄR DU HAR KOMMIT HEM

Aktivitet

Du kan känna dig trött en längre period efter ingreppet. Aktivitet är bra för din återhämtning. Du får röra dig helt fritt och behöver inte vara orolig för att gå ut och promenera. Aktivitet stimulerar blodcirkulationen och minskar risken för blodproppar och lunginflammation. Du behöver inte heller vara orolig för att lyfta lättare saker. Avstå dock från att lyfta tungt då det kan påverka läkningen av operationssnittet. Tunga lyft påverkar inte operationen av din stora kroppspulsåder. Efter 4 - 5 veckor kan du lyfta som vanligt igen.

Smärta

Vid smärta får du ta smärtlindrande medicin enligt ordination från din läkare. God smärtlindring innebär att du kan vara uppe och röra dig samt kunna djupandas.

Operationssår

- Du får duscha som vanligt, undvik bad och sol tills huden är helt läkt.
- Daglig tvätt med tvål och vatten minskar risken för infektion i operationssåren.
- Det kan läcka klar lymfvätska från operationssåren, det är helt ofarligt.
- Du behöver inte använda förband utom vid läckage från operationssnittet. Om du måste byta förband ofta skall du kontakta Kärlkirurgmottagningen.
- Det är vanligt med känselbortfall i huden kring operationsområdet och beror på att små nerver i huden har blivit avskurna vid operationen, detta går oftast tillbaka efter några månader.
- Stöd med händerna över operationssåret vid hosta.

Varningssignaler

- Om du får nya besvär från benen med smärta, domningar eller kyla är det viktigt att du genast söker akutmottagning.
- Om operationssåret blir rött, värmeökat och svullet eller om du får feber kan det röra sig om en sårinfektion. Kontakta då i första hand Kärlkirurgimottagningen och i andra hand avdelning 138.
- Om du besväras av urinträngningar, sveda när du kissar, känsla av att inte kunna tömma blåsan, svårighet med att hålla urin, värk i nedre delen av magen och/eller feber kan det röra sig om urinvägsinfektion. Kontakta då din vårdcentral.

Tarmfunktion

Besvär med trög mage kan uppstå efter din sjukhusvistelse. Detta kan bero på att du rört dig mindre än vanligt och/eller att du fått läkemedel som påverkar tarmfunktionen. Du kan förebygga och motverka trög mage genom att äta fiberrik kost, dricka rikligt med vätska och röra på dig.

Det finns även tarmreglerande läkemedel att köpa receptfritt på apoteket där du även kan få tips och råd.

Nutrition

Efter operationen är det vanligt med nedsatt aptit eller att maten inte smakar så mycket. Aptiten brukar bli bättre i och med att tarmfunktionen normaliseras. Det är viktigt att ändå försöka äta för att förse kroppen med näring samt för att bidra med ork inför din återhämtning.

Psykiska reaktioner

Efter att ha genomgått en stor operation är det vanligt att uppleva viss psykisk påfrestning som oro och nedstämdhet. Oron kan bero på att man först haft en rädsla inför operation och under sjukhusvistelsen sedan vårdats i en främmande miljö med ändrad dygnsrytm och rutiner. När det sedan är dags att åka hem är det inte ovanligt att uppleva en oro inför hemgången och allteftersom tiden går fortsätter du att bearbeta alla intryck. Det är därmed naturligt att du stundtals

känner dig nedstämd och/eller att humöret växlar. Det är viktigt att både du och människor i din omgivning är medvetna om att detta är normalt och att det går över. I enstaka fall kan de här känslorna återkomma under några månader.

Sexuell aktivitet

Du känner själv när du kan återuppta ditt sexuella samliv. Det finns inga medicinska hinder för det, men första tiden efter operationen kan smärtor från operationsområdet vara ett praktiskt hinder. Om du är man finns det en liten risk att din potens har påverkats efter operationen. Tala gärna om detta på ditt återbesök på kärilmottagningen.

ÅTERBESÖK TILL KÄRLMOTTAGNINGEN

Du blir kallad till kärilmottagningen för återbesök 4–6 veckor efter du har skrivits ut från sjukhuset. Ta gärna med denna guide till ditt besök.

Efter utskrivning kan du vända dig till:

- Kärlkirurgimottagning vardagar kl. 08:00 – 14:00 tel. 031-342 78 82. Hit kan vända dig med frågor som återbesökstid och medicinsk rådgivning.
- Receptförnyelser samt synpunkter och klagomål använder du 1177.se.
- De första två veckorna efter utskrivning kan du vända dig till kärlkirurgiavdelning 138 tel. 031-342 11 38 när mottagningen är stängd.
- Vid akut försämring av ditt hälsotillstånd kontakta din vårdcentral, jourcentral eller din akutmottagning.

Vi hoppas att du och dina närstående har blivit hjälpta av informationen i detta häfte. Tveka inte att kontakta oss om något är oklart eller om du vill att vi skall förklara eller förtydliga något.

KVALITETSREGISTRET SWEDVASC

För att förbättra kvaliteten inom hälso- och sjukvården för dig och andra med samma sjukdom samlar de kärlkirurgiska klinikerna in uppgifter om dig, om du opereras eller behandlas, i kvalitetsregistret Swedvasc. Du kan välja att inte bli registrerad och att få dina uppgifter raderade i registret. Kontakta i så fall din ansvariga läkare eller meddela oss detta när du besöker oss. Mer information om Swedvasc och dina övriga rättigheter finns på <http://www.ucr.uu.se/swedvasc/>

Postadress:

Hybrid och intervention
Kärlkirurgimottagningen
Sahlgrenska Universitetssjukhuset
413 45 Göteborg

Telefon:

031-342 10 00

Webbplats:

sahlgrenska.se