

Du har opererats av dr. den

Stygnen ska tas bort om dagar.

Beställ tid hos distriktsköterskan på din vårdcentral för borttagning av stygnen.

SKÖTSEL:

- Du har fått ett absorberande tryckförband som skall hållas helt torrt i 2 dagar. Det yttre tryckförbandet avlägsnas efter dessa 2 dagar medan den bruna papperstejpen närmast stygnen skall sitta kvar. Därefter kan du duscha som vanligt. Klapptorka ordentligt efteråt.

Vid eventuell värk använd endast preparat med paracetamol (t.ex. Alvedon eller Panodil)

OBS! De närmaste dagarna ska du undvika smärtstillande mediciner som ökar blödningstendensen, som Ibuprofen och acetylsalicylpreparat (t.ex. Ipren, Magnecyl och Treo) samt vissa hälsokostpreparat (t.ex. Omega 3 och fiskleverolja) Om du däremot står på receptbelagda blodförtunnande mediciner ska du ta dessa som vanligt.

Blödning från såret är ovanligt. Om det trots allt skulle hända, sätt dig ner och tryck hårt och kontinuerligt över förbandet i minst 15 min.

Om du får ökad rodnad, värmekänsla och värk kring operationsområdet eller större blödning (så att ytterförbandet behöver bytas flera gånger), kontakta alltid mottagningen.

Mån-fre kl. 08.00-15.45: **031-342 76 12** eller **031- 342 38 74**

Kvällar och helger söker du din jourcentral vid behov av akut hjälp.

FYSISK AKTIVITET: De närmaste veckorna ska du undvika kroppsansträngning, du bör inte bli svettig eller sträcka huden i operationsområdet p.g.a. risk för infektion eller att såret spricker upp.

Du kan röra dig som vanligt efter dagar.

- Undvik bastu och bassängbad tills såret är läkt.
- Undvik arbete i framåtlutad ställning. Använd gärna en extra kudde under huvudet på natten.
- Var beredd på att få blåmärken/svullnad då operationen gjorts på känsligt områden i ansiktet.

TEJPRÅD EFTER STYGNTAGNING: För att du skall få ett så fint ärr som möjligt rekommenderar vi tejpling med Micropore®tejp så länge som möjligt, gärna i 6 månader. Tejpen skall bytas ca en gång i veckan. Om operationsområdet blir irriterat av tejpen slutar du med tejplingen. Sola inte på ärrer under det närmaste året för att undvika pigmentering. Ärrer kan vara rodnad i ca ett år.