VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN
SAHLGRENSKA UNIVERSITETSSJUKHUSET



Till dig som skall lungopereras

Information till patient och närstående

Thoraxkirurgiska kliniken
Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Göteborg

Innehåll

Välkommen…….. 3
Den friska lungan……..... 4
Operationsmetoder…… 5
Vårdkedjan.....……. 6
Operationskoordinatorer…….. ...……. 6
Förberedelser inför operation……. 7
Hur du kan förbereda dig inför din operation……. 7
Tobak och alkohol påverkar operationsresultatet……. 7
Motionera…… 7
Ät regelbundet och näringsrik mat…….. 8
Vård utomlands senaste året…… 8
Att tänka på vad gäller dina mediciner…….. 9
Blodförtunnande mediciner…….. 9
Hjärtmediciner…… 9
Diabetesmediciner…… 9
Dusch inför operation……..…… 10
Inskrivningsdagen……… … 11
Tänk på att ta med det här …… 11
Kvällen före operationen……. 12
Operationsdagens morgon…… 12
Thoraxoperation…….. 12
Uppvak……. 13
Thorax vårdavdelning 12-25……. 13
Telefon och besök…….. 13
Efter operationen……. 14
Dränage……... 14
Lungfunktion…… 14
Smärta…… 14
Bieffekter…… 15
Rehabilitering…… 15
Komplikationer…….. 15
Utskrivning……. 16
När du kommer hem…….. 16
Psykiska reaktioner…… 16
Fysisk aktivitet……. 17
Nutrition……... 17
Sexuell aktivitet……. 17
Kontrollera dina operationssnitt…… 17
Var fortsatt uppmärksam på…… 17
Vart vänder jag mig om jag inte mår bra efter utskrivningen?..... 18
Boende utanför Göteborg…… 18
Boende i Göteborg och närområde…….. 18
Missnöjd?..... 18

Välkommen

Med detta informationshäfte vill vi hälsa dig och dina anhöriga välkomna till Thoraxkirurgiska kliniken vid Sahlgrenska Universitetssjukhuset i Göteborg. Syftet med detta häfte är att informera om vad som händer hos oss i samband med din lungoperation.



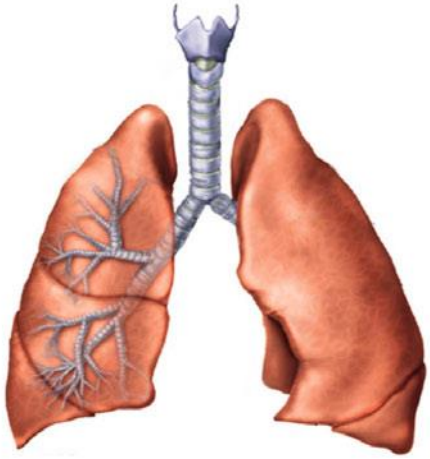
En lungoperation är en daglig rutin för oss som arbetar här på thoraxkliniken, vi utför många hundra lungoperationer varje år. Vi förstår att du kan känna osäkerhet inför det okända och därför vill vi som arbetar här göra vårt bästa för att du skall känna dig trygg, välinformerad och väl bemött under ditt besök här. Vårt mål är att kombinera professionell behandling och god omvårdnad.

Välkommen!

Den friska lungan

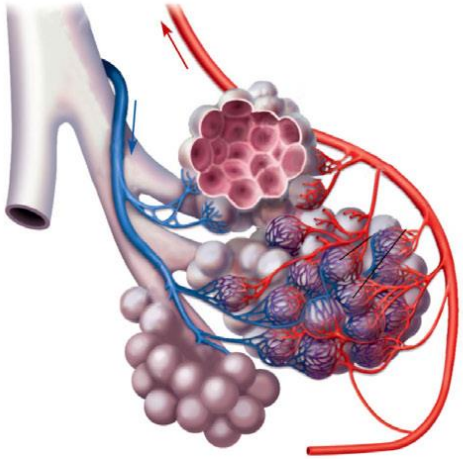
Varje lunga är formad som en kon med en bred bas och en spetsigare övre del. Lungorna hänger fritt i bröstkorgen och omger hjärtat. Mellan lungorna finns även matstrupen. Där luftröret går in i varje lunga passerar även de stora blodkärlen till och från lungan.

Fåror i lungvävnaden delar upp höger lunga i tre lober och vänster lunga i två lober. Loberna delas sedan in i flera mindre delar. Till varje del går en egen luftrörsgren samt egna blodkärl. Varje lunga omges av en dubbelväggig säck av bindväv, den så kallade lungsäcken.



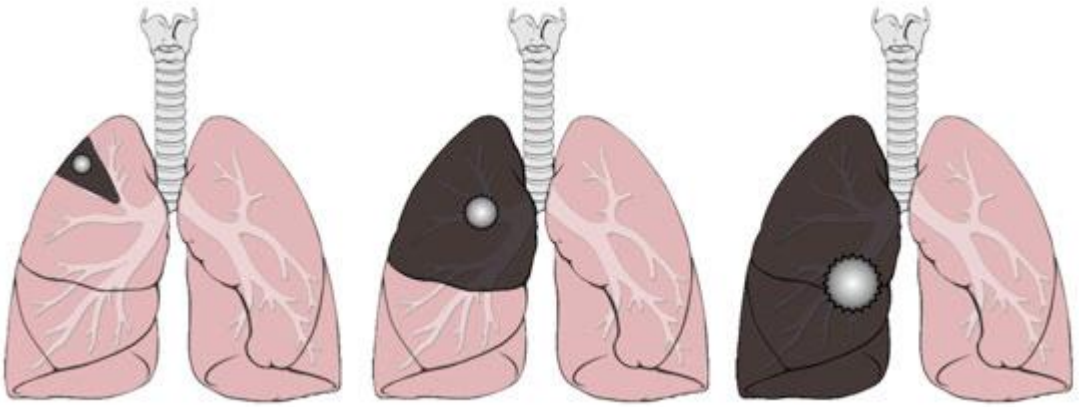
Utrymmet mellan lungorna kallas mediastinum. Där finns hjärtat, viktiga blodkärl (bl a stora kroppspulsådern), lymfkörtlar, matstrupen och luftstrupen.

Lungorna är uppbyggda av en speciell sorts vävnad med mängder av lungblåsor som innehåller luft. Konsistensen är därför ungefär som hos en tvättsvamp. I varje lunga finns ca 400 miljoner lungblåsor. Lungblåsornas väggar är ytterst tunna för att syre och



koldioxid lätt skall kunna passera. Lungblåsorna omges av ett nätverk av små blodkärl, så kallat kapillärnät. Lungornas viktigaste uppgift är att förse blodet med syre och föra bort koldioxid.

Operationsmetoder
Om man har en förändring som skall opereras bort används olika ingrepp beroende på var förändringen sitter. Oftast går kirurgen in mellan två av revbenen. Kirurgen beslutar om en del eller hela lungan skall opereras bort.



De tre bilderna ovan visar tre olika typer av operationer.

Bild 1: *Kilresektion, vilket innebär att man tar bort en liten ”tårtbit” av lungan. I vissa fall görs en segmentresektion, som är ett mellanting mellan kilresektion och lobektomi.*
Bild 2: *Lobektomi, vilket innebär att man tar bort en hel lob.*
Bild 3: *Pulmektomi, innebär att man tar bort hela den sjuka lungan.*

För att säkerställa diagnosen kan kirurgen ta olika vävnadsprover under operationen:

Fryssnitt = vävnadsprov som man snabbt får svar på (under pågående operation).
PAD = vävnadsprov som skickas för mer utförlig analys och ger definitivt svar. Svarstiden på PAD kan variera, kan ta upp till 8 veckor.

Vårdkedjan

Beslut om operation tas på lungkonferens. Närvarande på konferensen är thoraxkirurg, röntgenläkare, lungläkare och lungkoordinator.
Du som patient sätts upp på väntelista för operation. Du får kallelse via brev om operationsdatum. I kallelsen finns information om förberedelser inför operation, frågeformulär att fylla i, avdelningsinformation samt telefonnummer till lungkoordinator och avdelningen.

Har du frågor om din operationstid kan du kontakta lungkoordinator, vardagar på tel: **031-342 74 39** eller **031-342 77 92.**

Om du önskar få avisering via 1177 bör du kontrollera att du har aktiverat denna funktion.

Om du har möjlighet att bli opererad med kort varsel är du välkommen att kontakta oss.

Din operationstid är preliminär och kan komma att ändras.

Du bekräftar din operationstid per telefon till operationskoordinatorerna. De är sjuksköterskor med lång erfarenhet av thoraxkirurgiska patienter och finns tillgängliga för frågor inför operation. Du når operationskoordinatorerna, vardagar på tel: **031-342 11 63.**

Förberedelser inför operation

Hur du kan förbereda dig inför din operation

När du blir opererad är det många faktorer som påverkar resultatet av din operation. Det är viktigt att du är i så god form som möjligt. Därför är det bra att du redan hemma börjar förbereda dig inför operationen. Det kan minska risken för komplikationer och underlätta sårläkning samt återhämtning.

Tobak och alkohol påverkar operationsresultatet

Användning av tobak och alkohol kan medföra allvarliga komplikationer och längre rehabiliteringstid.
Gör uppehåll och minska risken för komplikationer!

Genom att avstå från rökning och undvika alkohol före och efter din operation minskar du risken för att drabbas av komplikationer. Att röka färre cigaretter minskar tyvärr inte risken utan det är total rökfrihet som gäller. Snus och e-cigarett rekommenderas inte som rökavvänjningshjälp. Nikotinet påverkar cirkulationen genom att dra ihop blodkärlen, vilket försämrar sårläkningen.

Att dricka alkohol ofta, eller i större mängder ökar risken för komplikationer i samband med alla sorters operationer. Då den nedre gränsen för hur stor mängd som är skadlig inte är klarlagd än rekommenderar vi att du är alkoholfri i samband med operation.

Vid konsumtion av alkohol och rökning ökar risken för komplikationer efter en operation, såsom:

- Försenad eller försämrad sårläkning
- Ärrbildning
- Infektioner
- Blodpropp (rökning) eller blödning (alkohol)
- Försenad eller utebliven läkning av benbrott
- Hjärt- och lungkomplikationer

Hur långt behöver stoppet vara?

- Rökstopp minst 4 veckor före och efter operation.
- Alkoholuppehåll 4 veckor före och en tid efter operation, tills sårläkning och gott allmäntillstånd uppnåtts.
- För dig som opereras inom kort tid är det viktigt att göra uppehåll den tid som är kvar till operationen och efter operationen.

Motionera

Det är viktigt att du rör på dig så mycket du kan utifrån din egen förmåga fram till operationen. Försök att röra på dig varje dag. Gör någon fysisk aktivitet som är möjlig för dig och som du tycker om. På så sätt kan du bidra till att underlätta återhämtningen och förebygga komplikationer.

Ät regelbundet och näringsrik mat
Inför och efter en operation är det extra viktigt med näringsrik kost och bra matvanor.
Det leder till bättre läkning och minskar risken för sårinfektion.
Både undernäring och fetma ger ökad risk för komplikationer.
Så här kan du göra:

- Ät regelbundna måltider. Frukost, lunch, middag och mellanmål.
- Vid övervikt eller fetma bör du följa en kontrollerad viktminskning med näringsrik kost. En snabb viktnedgång kan leda till näringsbrist och leder sällan till hållbara resultat.
- Om du riskerar eller redan har näringsbrist är det bra med lite extra mat och/eller näringsdryck tiden innan operation.
- En dietist kan ge dig råd och stöd för viktminskning och för att förebygga undernäring.

För mer information och råd och stöd för om hälsosamma levnadsvanor inför operation: https://www.vgregion.se/halsa-och-vard/levnadsvanor/

Vård utomlands senaste 6 månaderna

I många länder är det vanligare med resistenta bakterier än i Sverige.
Om du har vårdats på sjukhus/mottagning eller varit hos tandläkaren **utomlands** någon gång under de senaste 6 månaderna ska du odlas för bakterier som benämns **MRSA, VRE och ESBL**.
Ta kontakt med din inremitterande klinik för **MRB-odling**.
Ta också kontakt med vår operationskoordinator på tel: 031-342 11 63.

Att tänka på vad gäller dina mediciner

En vecka innan operationen skall du sluta med vissa mediciner som innehåller eller är släkt med acetylsalicylsyra, t ex Treo®, Diklofenak®, Pronaxen®, Orudis®, Ipren®, Ibumetin®, och Alganex®. Dessa gör att man är lättblödande.
Du skall även sluta med alla slags naturmediciner en vecka innan operationen.

Om du tar någon av följande mediciner så skall du pausa dessa före operation:

Blodförtunnande mediciner:

- Brilique - **5** dagar innan operation
- Clopidogrel **/** Plavix **/** Grepid **/** Cloriocard – **5** dagar innan operation
- Eliquis - **3** dagar innan operation
- Lixiana - **3** dagar innan operation
- Pradaxa - **3** dagar innan operation
- Prasugrel / Efient - **7** dagar innan operation
- Waran - Målvärdet ska ligga under **1,4** (INR).
  Tag kontakt med din ordinarie AK-mottagning minst 5 dagar innan planerad inskrivning.
- Xarelto – **3** dagar innan operation

Trombyl / Acetylsalicylsyra - får du dock behålla fram till operationsdagen.

Hjärtmediciner, pausas **2** dagar innan operation**:**

- Candesartan / Atacand / Candesarstad / Kairasec / Kandrozid
- Enalapril / Renitec
- Forxiga
- Irbersartan / Aprovel / Ifirmasta
- Jardiance
- Lisinopril / Zestril
- Losartan / Cozaar / Losarstad
- Ramipril / Triatec
- Valsartan / Entresto / Valsartore / Diovan

Diabetesmediciner:

- Metformin / Jardiance / Forxiga samt all annan diabetesmedicin i tablettform – pausas **2** dagar innan operation.
- Inj Victoza (liraglutid) eller andra dagliga injektioner, *som inte är insulin* – pausas **1** dag innan operation.
- Inj Ozempic (semaglutid), inj Trulicity (dulaglutid), inf Bydureon (exanatid), som tas veckovis - pausas **4** dagar innan operation.

Insulin används som vanligt.
Det långtidsverkande insulinet som tas till kvällen minskas till hälften kvällen innan operation.
Följ ditt blodsocker noga och kontakta din diabetesmottagning vid behov.

Dusch inför operation

- För att minska risken att det kommer in hudbakterier i operationssnittet så är det viktigt att du noga följer de råd angående dusch som vi ger dig. Du kommer dagen innan operation att duscha i två omgångar med klorhexidintvål som är bakteriedödande.
  Hibiwash, tvållösning eller **Descutan**, tvålfylld svamp köper du på Apoteket.

- Viktigt att vara extra noga med armhålor, ljumskar, navel och naglar där det lätt samlas smuts. Håret ska också tvättas med bakteriedödande schampo.
  Efter varje dusch byter du till rena kläder. Glöm inte att bädda rent i sängen. Du bör inte raka armhålor och ben några dagar innan operation, då det finns risk att det blir små hudsår.

- Du som har skägg ombeds att trimma ner det och raka under hakan och på halsen då du under operation kommer att få en tub i luftstrupen och förbanden kan vara svåra att fästa. Detta för att skapa förutsättning för sövning.

Inskrivningsdagen
Alla patienter får sin operationstid och kallas via våra koordinatorer. Du som kommer hemifrån kallas för inskrivning till vår Thoraxmottagning, du som väntar inneliggande på annat sjukhus kommer direkt till vårdavdelningen.
Du får på inskrivningsdagen bland annat träffa kirurg, narkosläkare, sjuksköterska och fysioterapeut som kommer att ge dig information inför operationen. Du genomgår även provtagning och eventuella kompletterande undersökningar.
Beroende på typ av ingrepp kan man i vissa fall få smärtlindring via ryggbedövning, en så kallad TEDA. Detta bedöms och avgörs av din kirurg.
Vanligtvis sker inskrivning dagen före operation. Om inskrivning sker på en fredag åker du hem över helgen.
Räkna med att inskrivningen kommer att ta hela dagen i anspråk.

Thoraxmottagningen hittar du på Vita stråket 12, mellan målpunkt mellan H och L, plan 2.
Du anmäler ditt besök här: Huvudentrén, Blå stråket 5.
Via Självincheckning eller i receptionen.

Det kan bli en del väntan denna dag, så ta gärna med något att läsa, lite frukt eller något annat att äta. Under dagen serveras lunch till dig som är på inskrivning. Berätta gärna för oss innan du kommer om du har några allergier. Middag serveras på respektive avdelning under eftermiddagen.
Ta med dig mediciner som du behöver för inskrivningsdagen.

Thoraxmottagningen nås vardagar på tel: **031-342 94 66** mån-tors kl 7-15,
fre kl 7-14

Tänk på att ta med det här

- Tag med en medicinlista med dina aktuella mediciner.
- Tag med dig fotolegitimation vid inskrivningen
- Tag med mediciner som du behöver för inskrivningsdagen och kvällen. Om du använder inhalation spray, var god och ta med den.
- Tag bara med det **nödvändigaste** såsom **innetofflor** och **necessär**. Glöm inte glasögon och hörapparat med fodral till, om du använder det.
- Du använder våra sjukhuskläder under vårdtiden.
- Använder du **CPAP/BiPAP** (andningsmask mot sömnapné) tag med denna.
- Rollator finns till låns, vi är tacksamma om du inte tar med dig din egen.
- Toalettartiklar i necessär.
- Starka dofter som parfym och lotion kan vara allergiframkallande och bör undvikas.
- Smycken, kontanter och dyra kläder mår bäst hemma, piercing skall avlägsnas, sjukhuset ansvarar **inte** för tillhörigheter.
- Mobiltelefon är tillåten på avdelningen.

Kvällen före operationen
Efter att du har varit på inskrivning åker du som bor i Göteborgsområdet hem och sover hemma. Du kommer att få information om vilken tid du skall komma till vårdavdelningen för inläggning och operation.
Du som har en operationstid tidigt på morgonen och inte bor i Göteborgsområdet kan få tillgång till sängplats på någon av våra avdelningar på Sahlgrenska eller övernattningsrum på Högsbo sjukhus.
Om du önskar att sova hemma så går detta naturligtvis bra.

Du får äta till kl 24 och dricka klara drycker såsom vatten, saft eller te till kl 04.

Operationsdagens morgon
På operationsdagens morgon ska du inte ta några mediciner om inte något annat är överenskommet!
När du kommer till avdelningen på operationsdagens morgon blir du omhändertagen av personalen som visar dig till din säng.
Armhåla och bröstkorg håravkortas av personalen, dubbeldusch igen och rena kläder.

Du får en förmedicinering som består av smärtstillande tabletter som ordinerats av narkosläkaren, sedan kör vi dig till operation.

Ibland kommer patienter med tillstånd som kräver akut operation. Vi kan ofta göra det utan att störa det planerade programmet, men det kan också betyda att en planerad operation behöver skjutas upp.

Thoraxoperation
När du kommer till thoraxoperation tas du emot av narkospersonalen och du får flytta över till operationsbordet. Därefter körs du in på operationssalen. Där kopplas du upp på en skärm som övervakar bland annat EKG, blodtryck och syrehalten i blodet.
Narkospersonalen sätter plastnålar i olika blodkärl, som man kan ge läkemedel i. Narkosmedel ges i plastnålen.
När du har somnat läggs en tub ner i luftstrupen. Den kopplas till en respirator som andas åt dig under operationen. När du sover sätts en urinkateter i urinblåsan och kopplas till en uppsamlingspåse. Du tvättas på bröstkorgen med spritlösning och kläs in i sterila dukar. Operationsförberedelserna är klara och operationen startar.



Uppvak
När operationen är klar kommer du till en uppvakningsenhet på intensivvårdsavdelningen (TIVA) eller på vårdavdelningen (TUVA). Där vaknar du upp i lugn och ro och är hela tiden omgiven av vårdpersonal som tar hand om dig, så fort du mår bra får du komma tillbaka till vårdavdelning igen.
TIVA nås på tel: **031-342 10 11** och TUVA på tel: **031-342 10 12.**

Thorax vårdavdelning 12-25
Efter att du vaknat från narkosen kommer du till avdelning 12-25. Avdelningen har 25 vårdplatser med mixade patientsalar med män och kvinnor blandat. Vi försöker dock i största möjliga mån utgå från ditt behov. Avdelningen har dagligen två läkare som sköter rondarbetet och på kvällar, nätter och helger har vi alltid minst en thoraxkirurg och en narkosläkare i tjänst.



Telefon och besök
Dina anhöriga är välkomna att ringa till avdelningen. Under förmiddagen är vi ofta upptagna med rondarbete så ring gärna efter kl. 10.00
Avdelning 12 nås på tel:**031-342 10 12**, och avdelning 25 på tel:**031-342 10 25**.

Vi ber er respektera våra patienters behov av återhämtning samt minska risken att utsätta dem för smitta. Vi hänvisar till digital kontakt i de flesta fall. Fysiska besök i enskilda fall, efter överenskommelse med ansvarig sjuksköterska.

Då det ofta finns andra patienter på samma vårdrum, ser vi det angeläget att den ni ska besöka kan förflytta sig till ett enskilt samtalsrum. Vi begränsar antalet fysiska besök till två personer. Besök sker under förutsättning att det inte föreligger tecken på smittsam sjukdom.

Vi är en parfymfri enhet och starka dofter som parfym och lotion kan vara allergiframkallande och ska undvikas. Blommor bör också undvikas av samma anledning.

Efter operation

Dränage

Det blöder och vätskar alltid lite efter operationen. Innan operationen avslutas kommer därför en eller flera plastslangar, så kallade dränage, att placeras i operationsområdet och som leder blodet till en uppsamlingsbehållare. Dränaget hjälper oss också att se om du har något luftläckage från lungan.
När luftläckaget upphört och lungröntgen ser bra ut, kan man ta bort slangarna, vanligtvis dagen efter operation, ibland samma dag. Efter att slangarna är borta görs en kontrollröntgen av lungan.

Lungfunktion

Narkosmedel, sängläge och eventuell smärta gör att lungfunktionen kan vara nedsatt efter operationen. Det är därför mycket viktigt att försöka normalisera lungfunktionen igen. Under första dygnet efter operationen kommer du troligtvis att behöva syrgastillförsel genom en tunn plastslang i näsan eller en mask över näsa och mun.

Ju snabbare du är uppe ur sängen, desto snabbare återfår du din normala lungfunktion. Det är nu du har nytta av din tidigare träning tillsammans med fysioterapeuten med hostövningar och andningsgymnastik. Mycket slem kan ha samlats i dina luftvägar efter operationen och att hosta, djupandas och sitta uppe är det bästa sättet att bli av med slemmet. Våra fysioterapeuter kommer att vägleda dig och hjälpa till med träningen.

Smärta

Efter operationen kan det göra ont i operationsområdet samt från dränageslangarna. På grund av läget på operationsbordet kan du även få ont i den opererade sidans axel och det kan uppstå obehag efter tuben man har haft i halsen under operationen. Både för ditt eget välbefinnande och för att du snabbt skall komma på benen igen är det viktigt att smärtorna behandlas med smärtstillande medel. Smärtupplevelserna är mycket individuella och behandlas därmed också individuellt. Du kommer att få smärtstillande läkemedel innan operationen, under operationen samt efter operationen. Beroende på typ av ingrepp kan man i vissa fall få smärtlindring via ryggbedövning, en så kallad TEDA. Detta bedöms och avgörs av din kirurg.

Vi kommer att fråga hur ont du har på en skala (VAS) där du skall försöka skatta smärtan från 0 (ingen smärta) till 10 (värsta tänkbara smärta). Detta för att vi ska kunna utvärdera din smärtbehandling. Tänk på att säga till oss om du har ont.
Att uthärda smärta gynnar inte din rehabilitering. Smärtlindringen kommer att trappas ner när dränageslangarna tagits bort och du kommer att få ett uttrappningsschema vid utskrivning.

Bieffekter
Det är inte ovanligt att man på grund av alla mediciner får en trög mage. Säg till oss så får du medel mot detta. Man kan även känna sig väldigt trött dagarna efter operationen.
Det är inte heller ovanligt att man får nedsatt aptit eller illamående. Vi har därför näringsdrycker som hjälper att överbrygga detta samt läkemedel som tar bort illamående.
När vi kontrollerar din smärtpump kommer vi även att fråga dig om du känner några obehag i form av nedsatt rörlighet eller känsel i armar och ben, om du har illamående eller klåda.
En annan vanlig bieffekt är synhallucinationer. Skulle du uppleva detta, säg till personalen så att vi kan justera dina mediciner.

Rehabilitering
Att sitta i fåtölj samt vara uppe och röra sig så mycket som möjligt underlättar den fysiska återhämtningen och minskar risken för komplikationer som blodpropp eller lunginflammation. Även om du känner dig trött och orkeslös så är det av största vikt att du försöker sitta uppe eller röra dig på avdelningen så mycket som möjligt.
Din egen insats är av största betydelse och avgörande för hur snabbt du återhämtar dig. Våra fysioterapeuter kommer att vägleda dig och hjälpa till med träningen.



Vila gärna korta stunder på dagen, men försök ändå att vara uppe så mycket som möjligt, för att också ha en bra nattsömn. Det finns sömntabletter och öronproppar att tillgå.

Komplikationer
I samband med alla operationer finns det en liten risk att man drabbas av någon komplikation. Infektioner förekommer, både i operationssnittet och i dränagehålen samt i lungan eller urinvägar. Vid lungoperationer händer det att man har ett luftläckage i dränagen som inte avstannar av sig själv, utan man måste genomgå en ny operation för att laga läckaget.
Efter genomgången operation finns risk för att man drabbas av blodproppar varför vi ger förebyggande behandling mot detta med blodförtunnande sprutor. Du kommer att få lära dig att ta dessa sprutor själv.
Dödsfall har inträffat i samband med en lungoperation, men det är mycket ovanligt.

Utskrivning – planerad vårdtid är en till tre dagar
Utskrivning sker samma dag eller dagen efter det att dränageslangarna har tagits bort, om kontrollröntgen av lungorna ser bra ut och du är ordentligt smärtstillad. Efter sjukhusvistelsen blir du utskriven av läkare och du får då med dig recept på smärtstillande tabletter som du skall fortsätta med tills du själv känner att du kan minska ner på tabletterna.

Du får även en remiss till distriktssjuksköterska som hjälper dig att ta bort stygnen efter tolv dagar.
Efter en titthålsoperation blir du sjukskriven i tre till fyra veckor. Efter en öppen lungoperation behövs oftast sjukskrivning i fyra till sex veckor.

Du kallas till ett återbesök på lungmedicin cirka tre-fem veckor efter operationen, där du får träffa lungläkaren och diskutera eventuell kompletterande behandling. Svaret på provtagningsmaterialet (PAD) får du på återbesöket.

När du kommer hem…

Psykiska reaktioner
Efter en stor operation är det vanligt att man får vissa psykiska reaktioner. Det kan bero på att man har varit orolig eller rädd att bli inlagd på sjukhus och bli opererad. En sjukhusvistelse innebär att man befinner sig i en främmande miljö med många nya intryck, ändrad dygnsrytm och ovana rutiner. Det kan också vara så att man känner ängslan inför hemgång.

Vi kan erbjuda samtal med kurator och sjukhuspräst under vistelsen. Tveka därför inte att berätta för oss om din oro och rädsla. Fråga oss gärna för mer information.

När du är tillbaka i din invanda hemmiljö fortsätter hjärnan att bearbeta alla intryck. Det är därför helt naturligt om du tidvis känner dig nedstämd 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. Om du behöver samtalskontakt efter hemgång, kan du kontakta din vårdcentral. Annars finns kurator att tillgå när du kommer till ditt återbesök till lungläkaren.

Fråga gärna oss i personalen om du är intresserad av att ta kontakt med stödgrupper eller patientföreningar. www.lungcancerföreningen.se

Fysisk aktivitet
Det är viktigt att du fortsätter din rehabilitering genom att vara fysiskt aktiv, alla former av fysisk aktivitet är nyttiga. Återgå så fort som möjligt till dina aktiviteter, fritids- och hushållssysslor. Gå ut och promenera, börja med kortare sträckor och öka successivt.

Nutrition
Det är viktigt att få i sig tillräckligt med näringsämnen för att orka efter en operation. Om du har fortsatta problem med nedsatt aptit eller att maten inte smakar kan du kontakta din vårdcentral för en dietistkontakt eller att du pratar med din kontaktsjuksköterska på din lungklinik.

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.

Kontrollera dina operationssnitt
Observera dina snitt varje dag. Det tar cirka två till tre veckor för huden att läka. Ofta blir det lite svullet kring snittet. Detta försvinner så småningom.
Iaktta noggrann handhygien – tvätta alltid händerna efter toalettbesök och innan du ska byta förband.
Duscha gärna varje dag och tvätta med tvål och vatten över snitten. Tvätta kroppen uppifrån och ner.
Bada först fyra veckor efter operationen. Då är snittet läkt. Bada bastu kan du göra först efter två månader.
Var försiktig med solen. Skydda snitten med papperstejp första året, annars riskerar man att få missfärgade ärr.
Peta aldrig bort sårskorpor. Du kan använda hudlotion som vanligt, men inte på oläkta snitt.

Var fortsatt uppmärksam på…

Var extra uppmärksam på:
- Oförklarlig feber som varar mer än två till tre dagar
- Oförklarligt illamående eller kräkningar
- Svullnad, smärta, rodnad och/eller vätska från såren
- Plötsligt uppkommande andnöd eller försämrad andning

Vart vänder jag mig om jag inte mår bra efter utskrivningen?

Boende utanför Göteborg
Alla icke-göteborgare vänder sig till sin ordinarie vårdgivare, lungmottagning eller vårdcentral.

Boende i Göteborg

Vid frågor eller problem är du alltid välkommen att kontakta oss.

Ring gärna vår patientkoordinator tel: 031-343 98 33.

Thoraxmottagningen tel: 031-342 94 66. Du lämnar ett meddelande och blir uppringd under dagen. Frågor som rör sjukskrivning eller recept kan också skickas på 1177.se

Kvällar, nätter och på helger kan du kontakta avdelning 12 eller avdelning 25 på tel: 031-342 10 12 eller 031-342 10 25.

Missnöjd?
Har du som patient eller närstående synpunkter eller klagomål på vården? På vår externa hemsida www.sahlgrenska.se hittar du information om hur du gör.

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