

Sjukhusen i väster

Alingsås lasarett

2025-02-11

Dagkirurgisk information till dig som är nyopererad

Hammartå

Efter operationen

Första natten är det bra om du har någon vuxen person hemma hos dig som kan hjälpa till om något skulle hända dig eller om du behöver hjälp med något.

Efter operationen har du fått stanna kvar för att säkerställa att du mår bra, att du kan komma upp och röra dig, äta, dricka och kissa. Man kan känna sig trött efter operationen men det är viktigt att du inte ligger still utan kommer upp och rör på dig med t e x promenader för att hålla magen och kroppen i gång. Vila då och då med den opererade kroppsdelens i högläge de första dagarna efter operationen för att minska svullnaden.

Aktivitet

Efter ingreppet får du i normalfallet gå fullt ut på foten. Smärta får avgöra belastningen på tån. Vid mer omfattande operation får du endast belasta hälen. Tån kan under den första tiden vara märkbart sladdrig men stabiliseras succesivt under första halvåret.

Förband/dusch

I samband med operationen kan det ha satts stift som sticker ut i dina tår. Närmast såret sitter det ett plaster. Ett yttre elastiskt förband har lindats på foten efter operationen. Låt förbandet sitta kvar tills det är dags att ta bort stygnen hos ortopedsköterskan eller på din vårdcentral. Om det blöder igenom förbandet så förstärk med en linda till utanpå. När du duschar klä in foten i plast eller använd en plastpåse.

Borttagningen av stift.

Har det satts stift i dina tår i samband med operationen kommer dom att dras på mottagningen i samband med läkarbesök efter ca 5–6 veckor. Ta gärna 2st 500mg Paracetamol (ex Alvedon, Panodil) innan läkarbesöket om stiften skall dras.

Stygn

- Du ska ha ett återbesök till Ortopedmottagningen. Du får kallelse med posten.
- Du ska ta stygnen på din vårdcentral se bifogad remiss och boka tid själv.

Sjukskrivning

Om du behöver vara hemma från arbetet eller inte beror på dina arbetsuppgifter. Första veckan behövs inget läkarintyg. Anser läkaren att du ska vara hemma längre från arbetet skrivs ett läkarintyg/sjukskrivning

Kontakt

Har du några frågor och behöver komma i kontakt med oss **inom ett dygn** efter operationen kontakta den postoperativa avdelningen på telefonnummer 0322-22 60 36. Om det gått längre tid än ett dygn är du välkommen att höra av dig till ortopedmottagningen 0322-22 64 00 (Ring gärna tidigt på morgon, från kl 7), vid akuta fall akutmottagningen eller 1177.

Så här tar du dina Smärtstillande tabletter efter dagkirurgisk operation

Återhämtning och sårhäkning går bättre om man kan börja röra på sig så snart som möjligt efter operationen. Det är därför viktigt att du förebygger smärta genom att ta de ordinerade smärtstillande tabletterna de första dagarna efter operationen.

De läkemedel som är förkryssade kan användas:

- Tablett **Paracetamol 500 mg** (ex Alvedon, Panodil) Nästa gång klockan _____
Tag 2 st 4 gånger/dygn var 6:e timma
- Tablett **Ibuprofen 400 mg** (ex Ipren, Ibumetin). Nästa gång klockan _____
Tag 1st 3 gånger/dygn var 8:e timma (Om du tål dessa)
- Tablett **OxyContin** _____ **mg** Tag 1 tablett i kväll vid läggdags och 1 i morgon bitti.
(Långverkande morfin som tas var 12:e timma, OBS starkt vanebildande)
- Tablett **Oxycodone 5 mg** / Kapsel **OxyNorm 5 mg** **Vid behov**. Max 1 tablett var 6:e timma.
(Snabbverkande morfin, OBS starkt vanebildande)
- Tablett **Postafen** 25 mg vid illamående, tas vid behov. (Receptfritt)
- Injektion **Innohep** 4500 E subcutant under _____ dagar. Nästa gång klockan _____
(blodproppsförebyggande) Tas 1 gång per dygn på kvällen vid samma tidpunkt.
- Pulver **Movicol** förebyggande mot förstoppning. (Receptfritt)
- _____
- _____

Du har även **E Recept** att hämta på Apoteket Ja Nej

Återbesök/ telefontid till läkare om _____ veckor Kallelse per post Ja Nej

Annat: _____