

Dagkirurgisk information till dig som är nyopererad

Kirurgi

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 kom upp och rör på dig med t e x promenader för att hålla magen och kroppen igång. Undvik snabba rörelser och tunga lyft de första veckorna efter operationen. Om du är opererad i magen kan du vid hosta hålla en kudde hårt över operationssåret för att minska smärtan. För att undvika förstoppning, som kan uppträda om man äter smärtstillande medicin speciellt morfinpreparat, ska du dricka mycket och äta mat som stimulerar tarmen

Stygn/förband

Förbandet tål vattenstänk. Täck förbandet med plastfilm vid dusch.

Skulle såret blöda igenom kan du själv byta förband. Ta kontakt med oss om du känner dig osäker och behöver telefonrådgivning.

- Stygn som försvinner av sig själv: Ta själv av förbandet efter 8–10 dagar
- Tejpat sår: Ta själv av förbandet efter 8–10 dagar
- Stygn/agraffer: tas bort enligt bifogad remiss till distriktsjuksköterskan på din Vårdcentral (boka tid själv) eller tas bort vid återbesök på sjukhuset
- Annat: _____

Tejning

Tejpa gärna ärret med Micropore/papperstejp i 3–6 månader efter att stygnen är tagna för finare läkning. Tejpen köps på apoteket. Sätt tejpen på och längs med ärret (inte tvärs över). Avsluta tejningen om operationsområdet blir irriterat. Undvik att sola ärret under 6 månader.

Sjukskrivning

Om du har ett fysiskt ansträngande jobb kan det vara bra att du sjukskriver dig själv och stannar hemma några dagar och om läkaren anser att du behöver vara sjukskriven längre tid än en vecka så ordnas ett läkarintyg/sjukskrivning.

Var god vänd sida.

Kontakt

Har du några **akuta** 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 kirurgmottagningen 0322-22 64 00, (ring gärna tidigt på morgonen för att få tid) din vårdcentral eller 1177 kväll/natt/helg.

Så här tar du dina Smärtstillande tabletter efter dagkirurgisk operation

Återhämtning och sårsläkning 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 till läkare om _____ veckor/månader.	Ja	Nej
Telefontid till läkare om _____ veckor /månader.	Ja	Nej

Annat: _____