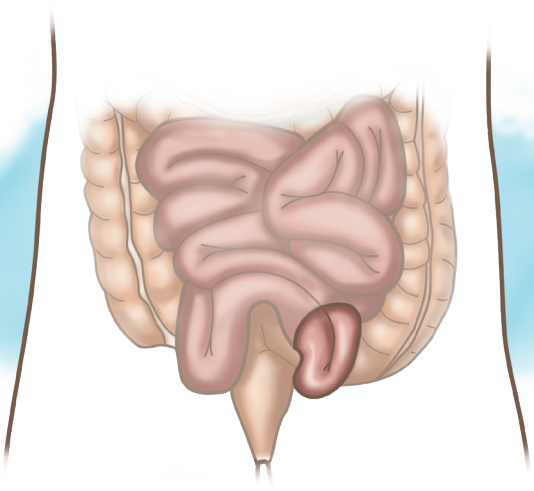


# Ljumsnbråck



VÄSTRA  
GÖTALANDSREGIONEN  
KUNGÄLV Sjukhus

## **Diagnos och symtom**

Det finns flera orsaker till att ljumskbråck uppstår. Ökat buktryck (på grund av hårt arbete, fetma eller sjukdom) kan bidra till bråckutvecklingen och det kan även finnas ärftliga faktorer som gör att ljumskbråck oftare ses i vissa familjer och släkter.

Bråcket består av en utbuktning i bukväggen. Genom bråcket kan tarm eller fett pressas ut och ses som en knöl under huden i ljumskan. Bråcket buktar ut och ömmar ofta då man hostar, nyser och krystar liksom när man lyfter tungt.

Operationen utförs om man har mycket besvär och hindras i sin vardag, men även då det finns risk för inklämning med åtföljande tarmskada.

## **Operationen**

Bråckoperation med nät är den vanligaste operationsmetoden. Vävnaden i ljumskregionen är svag och uttänjd och därför förstärker man kroppens egen vävnad med ett nät. I de flesta fall kan du gå hem samma dag som operationen har utförts.

## **Efter operationen**

Du får lyfta/belasta så mycket som en eventuell smärta i operationsområdet tillåter. Försök att undvika förstoppning och kraftiga krystningar vid toalettbesök. Förstoppning kan undvikas genom att man äter fiberrik kost, dvs. grovt bröd, frukt och grönsaker. Om detta inte räcker finns

receptfria bulkmedel på apoteket. (Bulkmedel binder upp vätska vilket gör att volymen på tarminnehållet ökar och att avföringen blir mjukare.)

Om du behöver hosta eller nysa kan du hålla handen mot operationsområdet.

Det är vanligt att ha smärtor de första veckorna efter operationen. Som hjälp mot smärtan kan du ta receptfria läkemedel med paracetamol eller ibumetin, om du tål dessa.

## **Förband**

Låt förbandet sitta kvar tills stygnen ska tas bort och byt endast om det lossnar. Förbandet tål vatten och det går bra att duscha med.

Stygnen tas bort hos distriktssköterska efter 10–12 dagar. Ibland försluts såret med stygn som försvinner av sig själv.

För att få bästa kosmetiska resultat är det bra att tejpa såret, gärna i tre månader efter operationen. Använd kirurgtejp som finns att köpa på apoteket. Undvik att sola ärret det första året.

Det kan hända att du känner en förhårdnad under operationsärrät. Under läkningstiden byggs ärret långsamt om och efter ca ett år är det lika mjukt i området som tidigare. Det förekommer att det blir ett blåmärke och en svullnad vid operationsärrät eller könsorganen, men det brukar försvinna inom några veckor.

Du kan ibland känna stickningar och småhugg i operationsområdet; dessa kan kvarstå i några månader.

## **Sjukskrivning**

Du blir sjukskriven mellan 1–4 veckor beroende på hur fysiskt tungt arbete du har. Det är viktigt att du är uppe och rör på dig för att minska risken för blodpropp.

Belastningen på operationsområdet ökar vid hosta, nysning, krystning eller tunga lyft. Därför bör du undvika detta den första tiden.

Räkna med att det tar 4–6 veckor innan du är helt återställd.

Den här foldern vänder sig till dig som ska opereras för ljumskbråck. I foldern får du information om orsakerna till och symtomen på ljumskbråck, hur operationen går till samt hur rehabiliteringen ser ut.

Kungälv's sjukhus, 442 83 Kungälv  
Besöksadress:  
Lasarettsgatan, Kungälv  
Tfn 0303-980 00  
[www.vgregion.se/ks](http://www.vgregion.se/ks)