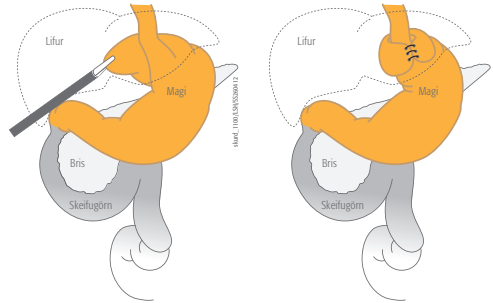


Bakflæðisaðgerð

Bakflæðisaðgerð er gerð hjá einstaklingum með svæsið vélinda-bakflæði eða langa sögu um slíkt. Aðgerðin er yfirleitt gerð með kviðsjá, gegnum fimm skurði (1-2 cm) á kviðvegg. Þindarop er þrengt og efsti hluti magans vafinn 360 gráður í kringum neðri hluta vélinda til að þrengja magaop og koma í veg fyrir bakflæði. Útskrift er áætluð samdægurs. Stundum er þó þörf á innlögn yfir nótt. Rétt er að gera ráð fyrir að vera frá vinnu í 1–3 vikur, háð starfi og liðan.



Fylgd heim

Gera þarf ráð fyrir að fá fylgd heim, því ekki má aka bíl fyrr en daginn eftir svæfingu. Eins þarf að hafa einhvern hjá sér fyrstu nóttina eftir aðgerð til öryggis. Hægt er að óska eftir dvöl á sjúkrahótelu ef þörf er á.

Náttúru- og fæðubótarefni

Ráðlagt er að hætta notkun allra náttúru- og fæðubótarefna tveimur vikum fyrir aðgerð þar sem þau geta aukið hættu á blæðingu í aðgerð og haft áhrif á verkun lyfja sem notuð eru við svæfingu. Óhætt er að taka áfram inn fjölvítamín og steinefni.

Tóbaksnotkun og rafrettur

Reykingar, nef- og munntóbaksnotkun og nikótín í rafrettum hafa áhrif á bata eftir skurðaðgerð og geta seinkað því að sár grói og aukið hættu á fylgikvillum aðgerðar. Því er mikilvægt að hætta tóbaksnotkun fyrir aðgerð og vera tóbakslaus í að lágmarki tvær vikur eftir aðgerð. Þeir sem nota tóbak eru hvattir til að hætta og geta fengið aðstoð hjúkrunarfræðings og eftirfylgni í 12 mánuði eftir aðgerð hjá „Ráðgjöf í reykbindindi“. Starfsmaður spítalans hefur þá samband við ráðgjafabjónustuna en eins má hringja í gjaldfrjálsa símanúmerið 800 6030. Einnig er bent á www.reyklaus.is.

Undirbúningur fyrir aðgerð

Símaviðtal vegna svæfingar

Svæfingahjúkrunarfræðingur hringir í sjúkling nokkrum dögum fyrir aðgerð til að fara yfir heilsufar með tilliti til svæfingar og veita tækifæri til að spyrja spurninga. Ef eitthvað er óljóst eða nánari rannsóknar þörf, er boðað í innskriftarviðtal á spítalanum fyrir aðgerðina.

Gott er að hafa lyfjalista við hendina, þar sem upplýsingar verða veittar í símtalinu um hvaða lyf má taka og hvaða lyf á ekki að taka fyrir aðgerðina, þar sem óaskilegt er að taka sum lyf fyrir svæfingu. Ef vandamál hafa komið upp eftir fyrri svæfingar, til dæmis miklir verkir, ógleði eða uppköst, er mikilvægt að segja frá því.

Í símaviðtalinu verður spurt um:

- Fyrri reynslu af svæfingum
- Ofnæmi eða óþol fyrir lyfjum
- Hæð og þyngd
- Áfengisneyslu og reykingar
- Gervitennur og tannbrýr
- Heilsufar og sjúkdóma
- Lyfjanotkun, þar á meðal notkun náttúruylfja og fæðubótarefna

Kvöldið fyrir aðgerð

Blóðþynningarlyf

Í vissum tilvikum er gefið blóðþynningarlyf með sprautu undir húð kvöldið fyrir aðgerð. Margir kjósa að gefa sér sprautuna sjálfir og fá þá leiðbeiningar um það.

Fasta

Nauðsynlegt er að fasta fyrir aðgerð til að minnka hættu á fylgikvillum í tengslum við svæfingu. Löng fasta er þó ekki góð fyrir líkamann og fólki líður betur eftir aðgerð ef eftirfarandi leiðbeiningum er fylgt:

- Fá sér aukabita eða drykk áður en lagst er til svefns kvöldið fyrir aðgerð.
- Ekki má borða mat síðustu 6 klst. fyrir komu á spítalann.
- Óhætt er að drekka tæra drykki (1-2 glös í senn) þar til 2 klst. eru í komu á spítalann. Tær drykkur er t.d. vatn, tær ávaxtasafi og mjólkurlaust kaffi og te.
- Þegar á spítalann er komið veitir starfsfólk upplýsingar um hvort og hve lengi megi drekka fram að aðgerð.
- Ekki má nota tóbak síðustu 2 klst. fyrir aðgerð.

Annar undirbúningur

Við innlögn á deild er gott að hafa með sér þægileg fót, innískó og afþreyingarefni. Nota má farsíma en stilla þarf á hljóðlausa hringingu.

Aðgerðardagur

Sturta

Nauðsynlegt er að fara í sturtu áður en komið er á spítalann og þrifa naflann með bómullarpinna. Klæðast þarf hreinum fótum eftir sturtuna og ekki má nota svitalyktareyði, krem, andlitsfarða, ilmefni, naglalakk eða skartgrip.

Mæting er á dagdeild 13D á 3. hæð Landspítala við Hringbraut, á umsömdum tíma að morgni aðgerðardags. Hafa þarf með öll lyf sem tekin eru daglega. Ekki má taka inn eigin lyf án samráðs við lækni eða hjúkrunarfræðing.

Fyrir aðgerð þarf að vera búíð að undirrita samþykki fyrir aðgerð og svæfingu. Óvæntar aðstæður geta valdið því að aðgerðartími breytist. Til að tryggja öryggi er endurtekið spurt um mikilvæg atriði svo sem nafn, kennitölu, ofnæmi, föstu og tegund aðgerðar. Fyrir aðgerðina eru gefin verkjalyf í töfluformi sem verka í og eftir aðgerð. Þegar komið er á skurðstofu fer fram frekari undirbúningur fyrir aðgerðina.

Eftir aðgerð

Eftir aðgerð fer sjúklingur á vöknunardeild og síðan aftur á dag- eða legudeild. Heimsóknir eru ekki leyfðar á vöknunardeild en nánasta aðstandanda er velkomið að hringja og fá upplýsingar um líðan.

Ef verkir eða ógleði koma fram er mikilvægt að láta vita svo hægt sé að bregðast við því. Eðlilegt er að finna fyrir þreytu og sljóleika fyrst um sinn. Eftir svæfingu getur orðið vart við hálsþéttir sem hverfa að jafnaði á 1-2 dögum.

Þvaglát

Eftir aðgerðina getur komið fram tregða við þvaglát og því er mikilvægt að reyna að pissa fljótlega eftir komu á deild. Láta þarf vita ef ekki gengur að pissa eða lítið kemur af þvagi.

Matur og drykkur

Nauðsynlegt er að vera á fljótandi fæði í viku eftir aðgerðina til að hlífa skurðsvæðinu. Mikilvægt er að sitja uppréttur við máltíðina. Daginn eftir aðgerð hringir næringarfræðingur og leiðbeinir um mataræði.

Fyrir útskrift þarf að vera búíð að fá:

- Útskriftarfræðslu
- Lyfseðil fyrir verkja- og ógleðistilandi lyfjum ef þörf er á
- Endurkomutíma hjá lækni

Útskriftarfræðsla

Verkir

Sjá fylgiblað um verkjameðferð eftir skurðaðgerð. Lyfseðill er sendur rafrænt í apótek. Læknar deildarinnar veita upplýsingar um aukaverkanir lyfja. Þegar aðgerð er gerð með kviðsjá er lofti dælt í kviðarholið en við það getur komið fram erting á þind sem veldur verkjum upp í axlir, en þeir hverfa innan fárra daga.

Mataræði

Kyngingarörðugleika getur orðið vart fyrst eftir aðgerð vegna bjúgs á aðgerðarsvæði. Til að forðast álag á skurðsvæði þarf að fylgja ráðleggingum næringarfræðings um fæðuval og áferð. Sjá fylgiblað um mataræði eftir skurðaðgerð vegna bakflæðis. Búast má við að finna fyrir uppþembu, auknum vindgangi og erfiðleikum við að ropa eftir aðgerðina.

Þvaglát

Ekki ættu að verða breytingar á þvagliátum við aðgerðina.

Skurðsár

Skurðsárum er lokað með saumi sem eyðist. Yfir þeim eru litlir limplástrar sem má fjarlægja eftir 5-7 daga eða þegar þeir fara að losna frá húðinni. Forðast ber alla óþarfa snertingu við sárin. Fylgjast þarf með útliti skurðsára með tilliti til roða, bólgu og vessa. Gott er að nota spegil við að skoða sárin en forðast þó alla óþarfa snertingu við sár. Óhætt er að fara í sturtu sólarhring eftir aðgerð og þessa sárin mjúklega með hreinu handklæði eftir sturtuna. Ekki er ráðlagt að fara í baðkar eða sund fyrr en sár eru gróin. Skurðsár eru viðkvæm fyrir sterku sólarljósi í allt að 12 mánuði eftir aðgerð.

Hreyfing

Forðast þarf áreynslu á kvið, að lyfta eða bera þunga hluti (þyngri en um 5 kg) og líkamsrækt í tvær vikur eftir aðgerð. Hreyfing og djúpöndun er mikilvæg eftir aðgerð til að flýta fyrir bata og bæta starfssemi hjarta og lungna, hún dregur úr líkum á fylgikvilla eins og blóðtappa eða lungnabólgu. Gott er að hreyfa sig daglega og eru gönguferðir góður kostur.

Kynlíf

Almennt má hefja kynlíf þegar fólk er tilbúið til þess, en ráðlegt er að varast beinan þrýsting á skurðsvæðið.

Vinna

Vinnu má hefja eftir 1–3 vikur, háð eðli starfs og líðan. Hægt er að fá veikindavottorð í endurkomutíma ef nauðsyn krefur.

Kostnaður

Greiða þarf fyrir aðgerð á dagdeild. Verð er samkvæmt gjaldskrá á heimasíðu Landspítala.

Hafa þarf samband við dagdeild 13D ef eftirfarandi hættumerki koma fram fyrstu þrjár vikurnar eftir aðgerð:

- Líkamshiti er hærri en 38,5°C
- Verkir minnka ekki við verkjalyf
- Blæðir stöðugt eða vessar úr skurðsárurum
- Roði eða bólga er í kringum skurðsár
- Stöðug ógleði eða uppköst
- Viðvarandi kyngingarörðugleikar

Í bráðatilvikum er leitað til bráðamóttöku eða hringt í 112

Símanúmer

Innskriftarmiðstöð 10E	543 2200
Dagdeild 13D, opin virka daga frá klukkan 7 til 19	543 7480
Kviðarholts- og þvagfæraskurðeild 13EG	543 7500

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja ef spurningar vakna.

Vinsamlegast athugið að sjúkrahúsið getur ekki borið ábyrgð á peningum eða öðrum verðmætum svo sem símum, tölvum o.fl. sem sjúklingar eða aðstandendur hafa meðferðis.

Athygli er vakin á því að starfsfólk og nemendur sjúkrahússins eru bundin þagnarskyldu og mega því ekki ræða um málefni sjúklinga á deildinni. Við viljum vinsamlegast biðja þig og aðstandendur þína að ræða ekki það sem þið kunið að verða vitni að eða heyra um aðra sjúklinga.

Landspítali er kennslspítali og nemendur í heilbrigðisfræðum og tengdum greinum stunda hluta af námi sínu á spítalanum. Nemendur fylgjast með og taka þátt í daglegri meðferð sjúklinga og eru alltaf á ábyrgð og undir handleiðslu leiðbeinenda sinna.

ÚTGEFANDI:
LANDSPÍTALI
SEPTEMBER 2020
LSH-323

ÁBYRGÐARMENN:
YFIRLÆKNIR
KVIÐARHOLSSKURÐLÆKNINGA OG
DEILDARSTJÓRAR 13EG OG 13D

HÖNNUN:
SAMSKIPTAÐEILD



Verkjameðferð eftir skurðaðgerð

Útskriftarfræðsla

Verkir

Flestir finna fyrir verkjum eftir skurðaðgerð. Oftast er um að ræða verki sem tengjast skurðsvæði. Mismunandi er hvernig fólk upplifir verki og þarf verkjameðferð að taka mið af reynslu hvers og eins. Mikilvægt er að draga úr verkjum eins og kostur er því verkir geta seinkað bata.

Verkjalýf

Taka á verkjalýf samkvæmt ráðleggingum. Yfirleitt er heppilegast að taka verkjalýf reglulega yfir daginn. Ekki er æskilegt að bíða eftir því að verkir verði slæmir áður en lyfin eru tekin. Erfiðara er að ná stjórn á verkjum ef þeir verða slæmir. Ef verkir eru enn til staðar þrátt fyrir að verkjalýf séu tekin reglulega má taka verkjalýf til viðbótar samkvæmt ráðleggingum. Smám saman er dregið úr töku lyfjanna með því að minnka skammta eða taka lyfin sjaldnar. Ráðlagt er að hætta fyrst töku sterkra verkjalýfja (t.d. tramadol, oxycodone). Síðan er dregið úr töku annarra verkjalýfja. Ef þörf er á lyfseðilsskyldum verkjalýfjum er lyfseðill sendur rafrænt í apótek.

Verkjalýf tekin reglulega:

Lyf:

Skammtur:

Hversu oft á að taka lyfið?

Lyf:

Skammtur:

Hversu oft á að taka lyfið?

Viðbótar-verkjalýf:

Lyf:

Skammtur:

Hversu oft má taka lyfið?

Algengar aukaverkanir verkjalyfja

Aukaverkanir eru mismunandi eftir lyfjum. Algengt er að finna fyrir hægðatregðu og ýmiss konar óþægindum í maga. Ekki er víst að allir finni fyrir þessum einkennum.

Hægðatregða

Vinna má gegn hægðatregðu með því að drekka glas af sveskjusafa að morgni, borða gróft kornmeti, grænmeti og þurrkaða ávexti. Einnig er hægt að kaupa trefjahylki eða duft í apóteki eða matvöruverslun. Nauðsynlegt er að drekka um það bil 1,5 lítra af vökva á dag. Hægt er að kaupa hægðalyf án lyfseðils í apóteki.

Magaóþægindi

Æskilegt er að taka lyfin með glasi af vatni eða máltíð. Fólk sem hefur fengið magasár eða magabólgur þarf að ráðfæra sig við lækni áður en bólgueyðandi verkjalyf eru notuð.

Slævandi áhrif

Sum verkjalyf skerða aksturshæfni og því má ekki aka bíl á meðan þeirra er þörf.

Önnur verkjameðferð

Aðferðir sem hafa reynst vel eru slökun, að hlusta á tónlist og dreifa athyglinni. Ekki er æskilegt að nota heita eða kalda bakstra á skurðsár meðan það er að gróa.

Hafa þarf samband við deildina ef eftirfarandi einkenna verður vart:

- Verkir eru slæmir þrátt fyrir töku verkjalyfja.
- Aukaverkanir koma í veg fyrir að hægt sé að taka lyf.
- Ofnæmisviðbrögð koma fram (kláði, útbrot, öndunarerfiðleikar).
- Mikill sljóleiki er til staðar.

Mataræði eftir skurðaðgerð vegna bakflæðis

Eftir aðgerð á meltingarvegi er mikilvægt að nærast vel. Einstaklingsbundið er hvernig fólki liður og gengur að nærast eftir aðgerð. Fyrstu vikuna eftir aðgerð þarf að vera á fljóttandi fæði og næstu tvær vikur þar á eftir á mjúku fæði. Að þeim tíma liðnum geta flestir borðað allan mat eins og áður.

Mikilvægt er að gefa sér nægan tíma við máltíðir, sitja uppréttur og borða smærri máltíðir til að byrja með. Stöku sinnum getur virst sem matur eða lyf séu föst í vélindanu. Þá er ráðlagt að ganga rólega um og drekka litla sopa af vatni. Ekki má nota klaka út í drykki fyrst um sinn vegna hættu á krömpum í vélinda.

Næringarviðbót

Ef ber á lysterleysi eða erfiðlega gengur að nærast, er ráðlagt að fá sér næringarviðbót milli mála.

- Næringardrykkur úr matvörubúð t.d. Næring+
- Próteindrykkir úr matvörubúð t.d. Teygur (gerður úr jurtamjólk), Hámark, Hleðsla eða aðrir próteindrykkir
- Næringardrykkir t.d. Nutridrink, Resource o.fl. sem fást í apótekum

Það sem þarf að forðast fyrstu þrjár vikurnar eftir aðgerð.

- Brjóstsykur og annað sælgæti sem getur hrokkið auðveldlega ofan í kok
- Hrátt grænmeti, gróf morgunkorn eða músli, gróf morgunkorn eða músli, gróf kornabrauð, poppkorn, fræ, hnetur eða annað sem getur verið ertandi
- Ískalda og sjóðheita drykki, þar sem þeir geta valdið verkjum og óþægindum
- Sterkt kaffi og mikið kryddaðan mat
- Gosdrykki og bjór vegna loftmyndunar
- Áfengi

Fyrsta vika eftir aðgerð

Fæðan þarf að vera á fljótandi formi. Mikilvægt er að borða reglulega yfir daginn (4-5 sinnum á dag) og gefa sér góðan tíma við máltíð.

Tillögur að morgunverði og millimáltíðum:

- Vel soðinn hafragrautur
- Ab-mjólk, súrmjólk, jógúrt eða þynnt skyr
- Bústdrykkir úr t.d. skyri/jógúrti/jurtamjólk og ávöxtum eða öðru maukað saman
- Ávaxtasafar eða maukaðir ávextir (fljótandi)

Tillögur að heitum máltíðum:

Grænmetisúpur (gjarnan heimalagaðar) af ýmsu tagi maukaðar með sprota, í matvinnsluvél eða blandara. Nota má baunir í súpur, t.d. linsubaunir, kjúklingabaunir eða aðrar baunir. Ekki er þörf á að sigta súpur ef þær eru vel maukaðar.

Tillaga að matseðli með fljótandi fæði

Morgunverður	Hádegisverður	Kvöldverður
Vel soðinn hafragrautur með mjólk eða ab-mjólk, súrmjólk eða jógúrt	Maukuð grænmetisúpa, Hámark/Hleðsla eða annar próteindrykkur	Maukuð grænmetisúpa eða annar vel maukaður fljótandi matur
	Millibiti Næringardrykkur eða búst drykkur	Millibiti Ávaxtasafi eða bústdrykkur
Drykkir við hæfi með máltíð eða á milli mála: Vatn, te, ávaxtasafi, næringardrykkur eða kaffi		

Önnur og þriðja vika eftir aðgerð

Fæðan þarf að vera mjúk, stöppuð eða maukuð. Mikilvægt er að tyggja matinn vel, borða oftar og minna í einu og drekka vel af vökva.

Tillögur að morgunverði og millimáltíðum:

- Hafragrautur eða bleytt morgunkorn
- Súrmjólk, ab-mjólk, jógúrt eða skyr
- Ávaxtagrautur eða súpur
- Ávaxtamauk eða vel stappaður ávöxtur
- Mjúkt brauð með mjúku áleggi

Tillögur að heitum máltíðum:

- Kjöt, hakkað eða mjög smátt skorið. Bleytt með sósu eða soði.
- Fiskur með sósu eða smjöri
- Grænmetis- og baunaréttir vel eldaðir
- Soðnar, stappaðar kartöflur eða kartöflumús
- Vel soðið grænmeti, stappað eða maukað

Tillaga að matseðli með mjúku fæði

Morgunverður	Hádegisverður	Kvöldverður
Hafragrautur með mjólk eða ab-mjólk, súrmjólk eða bleytt morgunkorn	Stappaður fiskur með smjöri eða sósu, soðnar kartöflur og vel soðið grænmeti stappað eða maukað Millibiti Ávöxtur eða mjúkt brauð með áleggi	Kjöt, hakkað/maukað eða smátt skorið, stappaðar kartöflur og vel soðið grænmeti stappað eða maukað Millibiti Mjúkur ávöxtur eða næringardrykkur
Drykkir við hæfi með máltíð eða á milli mála: Vatn, mjólk, te, ávaxtasafi, næringardrykkur eða kaffi		