

→ Hjemreise etter mage-/tarmoperasjon

DIN DIAGNOSE/OPERASJON:

INFORMASJON ETTER OPERASJON

- Mistenker du infeksjon, bør du oppsøke lege.
Tegn på sårinfeksjon er: hevelse, rødme, sekresjon og smerte. Feber og nedsatt allmenntilstand kan også forekomme ved sårinfeksjon.
- *Smertestillende tabletter* kan være vanedannende. Det er derfor viktig at du trapper ned på tablettene etter hvert som smertene avtar.
- *Stingene/stifter (kryss for det som gjelder deg)*
 - ☐ Du har sting/agraffer som skal fjernes om 14 dager.
Dette kan du gjøre hos din fastlege eller kontakte pleie- og omsorgstjenesten i din kommune.
 - ☐ Du har selvoppløselige sting som ikke skal fjernes.
Selvoppløselige sting kan fortsatt synes etter 4-5 uker.
De kan da fjernes hos fastlegen dersom de gir ubehag.
- Det er viktig at du er i aktivitet. Fysisk aktivitet forebygger luft smerter og forstoppelse og reduserer også risikoen for å få blodpropp.

RESTRIKSJONER ETTER OPERASJON:

- Unngå tunge løft (>5 kg) _____ uker etter åpen operasjon (laparotomier) og tilsvarende to uker ved kikkhullsoperasjon (laparoskopi) for å unngå arrbrokk.
- Har du fått beskjed om å bruke blodfortynnende sprøyter for å forebygge blodpropp etter operasjon, skal du bruke disse i _____ dager f.o.m: _____
- Bruker du andre blodfortynnende medikamenter, starter du opp igjen med det etter avtale med utskrivende lege.
- Bruk elastiske strømper i _____ dager
- Sunt og variert *kosthold* er viktig for at sår skal gro. Har du diabetes, er god blodsukkerregulering viktig for sårtilhelingen din. Gode jernkilder er bl.a blodmat, leverpostei, brokkoli og spinat. Vitamin C hjelper kroppen med jernopptaket og er også viktig for sårtilhelingen. Rikelig drikke er også viktig, minimum 1,5 liter daglig

SKIFTE PÅ SÅRET HJEMME

Prøv å unngå å skifte på såret de første dagene etter operasjon. Ser du skygge av blod i bandasjen, er det ikke nødvendig å skifte. Er bandasjen våt (for eksempel gjennomtrukket med blod), *skal* du skifte.

Fremgangsmåte:

1. Vask hendene nøye.
2. Fjern den gamle bandasjen. Ta tak i hjørnet og dra den forsiktig av.
3. Du skal ikke ta på såret, ikke rense det, eller forsøke å fjerne gamle blodrester.
4. Legg på ny bandasje uten å berøre den delen av bandasjen som skal i kontakt med såret.

DUSJE

Har du bandasje som *er tett*, kan du dusje uten å skifte.

Ved bandasje som ikke er tett og hvor det vil komme vann inn i operasjonssåret. Gjør følgende:

Er såret tørt: La vannet renne fritt over såret. Ikke bruk såpe. Du skal heller ikke gni eller ta på såret for å fjerne eventuelle skorper. Klapp såret tørt med et rent håndkle og legg på ny bandasje.

RESEPTER

Eventuelle nye medisiner skrives som e-resept og kan hentes ut på apoteket.

Vi ønsker deg god bedring!

Vennlig hilsen

Kirurgiske avdelinger, Sykehuset Innlandet

Tlf. 915 06 200 | www.sykehuset-innlandet.no