

→ Hjemreise etter karkirurgisk operasjon

Din diagnose/operasjon:

Informasjon etter kirurgisk operasjon

- *Stingene* skal fjernes _____ dager etter operasjon. Dette kan gjøres på legekantor eller du kan kontakte pleie- og omsorgstjenesten i din kommune.
- Mistenker du infeksjon eller blødning, skal du oppsøke lege. *Tegn på sårinfeksjon er:* hevelse, rødme, sekresjon og smerte. Feber og nedsatt allmenntilstand kan også forekomme. Litt hevelse og stivhet i og rundt operasjonssåret er vanlig.
- *Smertestillende tabletter* kan være vanedannende og bør derfor tas som forordnet av lege. Det er viktig at du trapper ned på tablettene etter hvert som smerten avtar.
- Det er viktig at du er i aktivitet. Fysisk aktivitet bidrar til at bløtvev og bein gror raskere og reduserer risikoen for å få blodpropp.
- 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, brunost, brokkoli og spinat. Vitamin C hjelper kroppen med jernopptaket og er også viktig for sårtilhelingen. Drikk rikelig, minst 1,5 liter daglig.
- Bruker du blodfortynnende medikamenter, starter du opp igjen med det etter avtale med utskrivende lege. Du skal begynne igjen _____
- De fleste med åreforkalkning er eller har vært røykere. Slutter du å røyke, øker din overlevelse og du nedsetter risikoen for at dine symptomer forverres. Du kan få hjelp til røykestopp, se råd på www.helsedirektoratet.no/tobakk.no eller spør på apotek eller be din fastlege om råd.

Restriksjoner etter operasjon:

- Ved åpen operasjon av hovedpulsåren:
 - unngå tunge løft (maks 5 kg) i tolv uker. Har de gått inn gjennom lyskene dine og lagt inn stent i hovedpulsåren, gjelder det samme i fire uker. Eksempler på tunge løft er snømåking og vedbæring.

- Ved bypass (omvei) i beinet eller ved operasjon i lysken:
 - unngå å sitte på huk fordi dette kan forårsake avklemming av den nye åren.

Skifte på såret hjemme

Unngå å skifte på såret de første dagene etter inngrepet. Ser du skygge av blod i bandasjen, er det ikke nødvendig å skifte. Har bandasjen løsnet eller er våt (f.eks. gjennomtrukket med blod) *skal* du skifte.

Fremgangsmåte:

(OBS! Blottlegg såret kortest mulig tid.)

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.

Ha bandasje over operasjonssåret i _____ dager.

Dusje

Du kan dusje to dager etter operasjon. Har du bandasje som er tett, kan du dusje uten å skifte hvis den ikke blir bløt. Våt bandasje øker faren for infeksjon, unngå derfor å gå med bløt bandasje over såret.

Oppfølging

Du blir innkalt til en poliklinisk kontrolltime. Tidspunkt får du ved utreise.

Det varierer om du som har blokket årer skal til kontroll. Om du ikke skal til kontroll; ta kontakt med fastlegen din ved behov.

Vi ønsker deg god bedring!

Vennlig hilsen

Kirurgisk avdeling, Sykehuset Innlandet Hamar

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