

Skurðaðgerð á þvagleiðara

Útskriftarfræðsla

Verkir

Sjá fylgiblað um verkjameðferð eftir skurðaðgerð. Lyfseðill er sendur rafrænt í apótek.

Mataræði

Mikilvægt er að borða hollan mat og gæta vel að næringu til að byggja upp líkamann eftir aðgerðina. Æskilegt er að drekka um 1½–2 lítra af vökva á dag. Gott er að taka lýsi og annan D-vítamínjafa, sérstaklega yfir vetrartímann.

Þvaglát

Búast má við blóðlituðu þvagi og getur verið sárt að losna við þvag fyrstu dagana eftir aðgerð. JJ-stoðleggurinn getur valdið ertingu sem lýsir sér oft með tíðum þvaglátum. Mælt er með því að drekka vel, um tvo lítra á dag, á meðan JJ-stoðleggur er í þvagleiðaranum.

Skurðsár

Skurðsárum er lokað með saumum sem eyðast. Yfir þeim eru límplástrar sem gott er að hafa yfir sárum þar til þeir losna af. Fylgjast þarf með útliti skurðsára með tilliti til roða, bólgu og vessa. Óhætt er að fara í sturtu en ekki er ráðlegt að fara í baðkar eða sund fyrr en sár eru vel gróin.

Hreyfing

Forðast þarf áreynslu í 4-6 vikur eftir aðgerð og varast að lyfta eða bera þunga hluti (þyngri en 5 kg), t.d. innkaupapoka, á meðan skurðsárin eru að gróa. Mikilvægt er að hreyfa sig daglega og eru gönguferðir góður kostur til að byggja upp þrek.

Kynlíf

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

Svefn

Búast má við þreytu og úthaldsleysi fyrstu mánuðina eftir aðgerð. Gott er að ná a.m.k. 6–8 klst. nætursvefni og hvíla sig yfir daginn ef þörf krefur. Góð næring, hreyfing, slökun og verkjameðferð getur dregið úr þreytu.

Andleg líðan

Sumir finna fyrir kvíða og óöryggi þegar þeir útskrifast. Oft hjálpar að tala um líðan við sína nánustu og ræða við fagfólk um það sem veldur áhyggjum. Aðferðir eins og tónlist, slökun og hreyfing geta dregið úr andlegri vanlíðan en ef kvíði og drungi verða viðvarandi er um að gera að leita aðstoðar, til dæmis hjá heimilislækni.

Vinna

Ráðlögð er hvíld frá vinnu í 3-4 vikur en það fer eftir eðli starfs og líðan. Veikindavottorð eru afgreidd í endurkomutíma.

Hafa á samband við 11A (á dagvinnutíma) eða 13G ef eftirfarandi einkenni gera vart við sig fyrstu þrjár vikurnar eftir aðgerð:

- Líkamshiti verður hærri en 38°C
- Verkir minnka ekki við verkjalyf
- Blæðir eða vessar úr skurðsárum
- Roði eða bólga er í kringum skurðsár
- Stöðug ógleði, uppköst eða niðurgangur er til staðar
- Sýkingareinkenni eru til staðar: Hiti, hrollur, illa lyktandi þvag,

Eftirlit: Sjá meðfylgjandi kort.

- Tími í myndatöku af nýra (urografia) um viku eftir aðgerð
- Endurkomutími á göngudeild þvagfæra 11A um fjórum vikum eftir aðgerð, þar sem JJ- stoðleggur milli nýra og þvagblöðru er fjarlægður og viðtal læknis fer fram. **Byrja þarf töku sýklalyfs kvöldinu áður.**

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja ef spurningar vakna.

Skurðlækningadeild 13EG sími 543 75000
Göngudeild þvagfæra 11A sími 543 7100

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 skal 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 verkjalýfja

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. Aðrar ráðleggingar geta átt við þegar um er að ræða skurðaðgerð á ristli.

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

Slævandi áhrif: Sum verkjalýf 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.

Akstur

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

Hafa þarf samband við deildina ef eftirfarandi einkenna verður vart:

- Ef verkir eru slæmir þrátt fyrir töku verkjalýfja.
- Ef aukaverkanir koma í veg fyrir að hægt sé að taka lyf.
- Ef ofnæmisviðbrögð koma fram (kláði, útbrot, öndunarerfiðleikar).
- Ef mikill sljóleiki er til staðar.