



HELSE BERGEN
Kysthospitalet i Hagevik



INFORMASJON TIL DEG SOM SKAL OPERERAST PÅ KYSTHOSPITALET I HAGEVIK

**VIKTIG! LES GRUNDIG I GOD TID FØR OPERASJONEN,
REPETÉR EI VEKE FØR.**



PLANLEGGING FØR OPERASJONEN

Aktivitet /krykker/heimesituasjon

- Ver i så mykje aktivitet som du klarar, då dette bidrar til at du kjem deg raskare etter operasjonen.
- Viss du skal bruke krykker, bør du skaffe dei på førehand.
- Planlegg og legg til rette på førehand dersom du treng hjelpemiddel eller hjelp til praktiske gjeremål etter operasjonen.

Ernæring

- Før og etter operasjonen er det viktig å ha eit sunt og næringsrikt kosthald. Det er spesielt viktig at du får i deg protein.
- Gode proteinkjelder er fisk, fugl, kjøt, belgfrukter, mjølk, ost og egg.
- Sunn kost førebyggjer at du blir unødvendig slapp etter operasjonen, gir betre sårheling og kan redusera komplikasjonar.

Røyking

- Røyking aukar risikoen for lungeproblem etter operasjonen og hemmar sårheling.
- Vi tilrår difor røykeslutt 8 veker før og 4 veker etter inngrepet. Du bør også avstå frå bruk av snus i same periode.

Kva skal du ta med til sjukehuset til operasjonen?

- alle medisinar i originalinnpakning,
- dersom du bruker CPAP, må du ta apparatet med,
- komfortable klede og sko som er lette å ta av og på,
- toalettsaker (obs: ikkje parfymerte produkt grunna allergi),
- eventuelt krykker,
- minst mogleg verdisaker og bagasje.

Hugs å merke krykker og bagasje med namn.

Reise

Om du har spørsmål om reise eller overnatting, sjå www.helsebergen.no/pasientreiser eller ring Pasientreiser på telefon 05515.

Medisinar

Nokre medikament kan auke risikoen for å få blodpropp eller unormalt blodtap i samband med større operasjonar. Her ser du kva du skal gjere dersom du bruker følgjande medikament:

- **Marevan**

- ta kontakt med oss snarast dersom du har starta med tablettar etter at operasjonen blei avtalt. Vi må avtale korleis du skal ta medisinen fram til operasjonen.

- **Plavix, Ticlid Xarelto og Eliquis**

- ta kontakt for å avtale om du skal slutte med dei eller ikkje.

- **Acetylsalisylsyre**

- Albyl E (fast dose 75mg eller 160 mg) skal brukast fram til operasjonen.
- Andre preparater som inneheld acetylsalisylsyre skal ikkje brukast dei siste 2 vekene før operasjonen (f.eks. Aspirin, Donobid, Dispril, Globentyl, Globoid, Novid og Asasantin Retard).

- **P-piller**

- skal ikkje brukast dei 4 siste vekene før operasjonen.

- **Slankepreparat / diabetesmedisin**

- Mysimba må ikkje brukast dei 3 siste dagane før operasjonen.
- Ozempic og Wegory må ikkje brukast dei 7 siste dagane før operasjonen.

- **Hormonpreparater for overgangsalderen**

- kan brukast fram til operasjonen

- **Naprosyn, Voltaren, Ibux og andre betennelsesdempande medikament**

- bør ikkje brukast den siste veka før operasjon. Kontakt oss dersom du har vanskar med det.

- **Kosttilskot og naturpreparat**

- skal ikkje brukast dei 2 siste vekene før operasjonen, fordi preparata kan innehalde blodfortynnande stoff.

OPERASJONSKLARERING

Du skal møte til operasjonsklarering 1-3 veker før operasjonen.

Ha gjerne med ein pårørende.

Du skal til utgreiing hos lege og anestesilege, og du får også snakke med kirurg. Du får viktig informasjon hos sjukepleier og fysioterapeut.

Følgjande undersøkingar blir gjort:

- blodprøver
- urinprøve (viss aktuelt)
- røntgenbilete (viss aktuelt)
- EKG (hjartediagram)

For at elektrodane i EKG-undersøkinga skal klistre godt på huda, må du ikkje bruke hudkrem denne dagen.

HUSK:

- Ta med oppdatert liste frå fastlege over alle medisinar du brukar
- Ta med liste over naturpreparat du bruker

Det kan bli noko venting, og du bør sette av heile dagen fram til kl 15.

Kva kan føre til at operasjonen blir utsett?

Det er fleire ting som kan føre til at operasjonen blir utsett fordi faren for komplikasjonar/infeksjonar aukar. Vi ber deg difor ta kontakt dersom følgjande oppstår når det er mindre enn sju dagar til operasjonsdatoen:

- forkjøling, feber,
- urinvegsinfeksjon, tanninfeksjon, annan infeksjon i kroppen, eller
- kviser/sår på huda i operasjonsområdet eller sår andre stader på kroppen.

Obs! Unngå barbering/hårfjerning i operasjonsområdet den siste veka før operasjonen, sidan det kan føre til sår/hudavskrapning!

Andre årsaker til utsetting:

- kunstige negler eller gellack er ikkje fjerna.

Ta kontakt med oss dersom:

- du har starta med nye medisinar eller vore innlagt på sjukehus etter at du var på operasjonsklarering.
- du har hatt behandling på sjukehus utanfor Norden dei siste 12 månadane.



OPERASJONSFØREBUING HEIME

Faste

Dagen før operasjonen kan du ete og drikke som normalt.

Du skal **faste frå midnatt (24:00)**, det vil seie at :

- du **ikkje** skal:

- ete mat, drops eller tygge tyggegummi,
- bruke snus eller røyke.

- du kan:

- drikke klare væsker som saft og vatn utan kolsyre fram til kl. 06.00 operasjonsdagen.

1-3 dagar før operasjonen må du

- fjerne gellack, kunstige negler.

Kvelden før må du:

- fjerne ringar, smykke, piercingar, neglelakk,
- fjerne sminke,
- faste frå klokka 24:00.

På morgonen operasjonsdagen

- Du må dusje og vaske håret heime på morgonen operasjonsdagen, eller du kan velje å gjere det kvelden før. Ta på deg reine klede etter dusjing og legg på reint sengetøy dersom du dusjar om kvelden.
- Bruk ikkje krem, lotion, sminke, hårprodukt eller parfyme etter dusj.
- Du skal ikkje ta eigne medisinar operasjonsdagen utan at det er avklart med oss.

PÅ SJUKEHUSET

Før operasjonen

- Møt fastande på sjukehuset til tida oppgitt i innkallingsbrev.
- Du får smertestillande tablettar (premedikasjon).
- Du ventar i kvilestol fram til du går i følge med pleiepersonalet til operasjonsavdelinga.
- Anestesipersonale gir bedøving til operasjonen.

Du får lagt inn :

- 1-2 venekanyler på handa,
- urinkateter og/eller drens slange frå operasjonssåret (ved behov).

Etter operasjonen

Du blir overført til oppvåkingsavdelinga etter operasjonen. Der blir du i nokre timar eller inntil eit døger, før du blir overført til sengepost.

Dei fleste reiser heim første dagen etter operasjonen. Dersom det er medisinske årsaker til det, kan utreise bli utsett.

Smerte/kvalme

Smerte og kvalme etter ein operasjon er ikkje uvanleg. Dette blir førebysgd og lindra med medikament. Du vil få regelmessig smertestillande etter operasjonen. Opplevinga av smerte er subjektiv, og det er difor viktig at du seier frå når du har smerter. Det er også avgjerande for opptreninga.

Aktivitet/opptrening

Det er viktig å kome raskt i aktivitet etter operasjonen. Allereie på operasjonsdagen skal du ut av senga og gå. Første gangen du skal opp, får du hjelp. Målet er at du så raskt som mogeleg skal klare personleg stell sjølv. På sengeavdelinga brukar du eigne klede, og er oppe det meste av dagen.

Ein fysioterapeut hjelper deg i gang med treninga og rettleier deg.



Før utreise får du:

- Samtale med lege og sjukepleiar.
- Informasjonsskriv.
- Elektroniske reseptar. Pårørande kan hente medisin dersom du har fylt ut fullmaktsskjema på førehand.
- Elektronisk sjukemelding (viss du er i arbeid) og kontrolltime.
- Opplæring i å sette Fragmin-sprøyte, dersom du skal halde fram bruken etter utreise.
- Fastlegen din vil motta ei elektronisk epikrise (samanfatning) av behandlinga du har fått.

Komplikasjonar

Etter alle kirurgiske inngrep kan det inntreffe komplikasjonar som:

- Blodpropp. Blir førebygd ved å kome raskt på beina og trene. I tillegg får dei fleste ei sprøyte med blodfortynnande preparat (Fragmin) dagleg.
- Infeksjon (sårinfeksjon, lungebetennelse, urinvegsinfeksjon). Blir førebygd med god hygiene og førebyggjande antibiotika-behandling operasjonsdagen.

Heimreise

Heimreisa blir kortast og mest behageleg om du blir henta av ein pårørande. Dersom dette ikkje er mogeleg, organiserer vi felles heimtransport. Då kan samkjøring med andre pasientar bli aktuelt.

HEIME ETTER OPERASJONEN

Trening og rehabilitering

Du får rettleiing frå fysioterapeut om korleis du skal halde fram treninga heime. Rehabiliteringsopphald er stort sett ikkje naudsynt, og er berre for dei med særskilte behov. Ver merksam på at det er normalt å vere trøtt som etterverknad av operasjon og medikament. Dersom du har behov for hjelp frå kommunen vil vi formidle dette.

Sår og sting

- Dersom såret er lukka med oppløysbar tråd, er såret også teipa med strips. Stripsen kan du fjerne sjølv etter 12 dagar.
- Dersom operasjonssåret er lukka med agraffar (stiftar), må dei fjernast hos fastlegen etter 14-16 dagar.
- Du vil få rettleiing om dusjing etter operasjonen. Svømming og karbad må du unngå til arret er dekkja av glatt og blank hudoverflate utan teikn til lekkasje.
- Dersom du får aukande smerter og huda blir raud, hoven, varm eller det væskar frå såret, må du ta kontakt med oss på Kysthospitalet.

Kontrolltime

Det er etterkontroll for å vurdere funksjon og framgang for dei fleste typar inngrep. Kontrollen er hos fysioterapeut eller lege, enten ved frammøte på sjukehuset eller per telefon.

Seksuelt samliv

Du kan gjenoppta seksuelt samliv når du er i stand til det, men du må ta omsyn til dei forsiktighetsreglane som gjeld for den operasjonen du har gjennomgått.



PRAKTISKE OPPLYSNINGAR

Blomar: Nokre pasientar er allergiske. Vi ønskjer derfor å avgrense mengda skårne blomar. Potteplantar er ikkje tillate.

Internett: Det er gratis trådløst nettverk på sjukehuset.

Kantine: Opningstid kl 10-14:30 måndag, 10-15:00 tysdag - fredag.

Mobiltelefon: Du kan bruke mobiltelefon når du er innlagt.

På Oppvavningsavdelinga må du ha lyden av.

Parfyme: Nokre pasientar er allergiske. Bruk derfor ikkje parfyme/sterkt parfymerte produkt på sjukehuset.

Verdisaker: Ta med minst mogleg verdisaker. Sjukehuset har ikkje ansvar for eit eventuelt tap av verdisaker.

Visittid: Alle kvardagar kl 18-20.

Reise: Om du har spørsmål om reise eller overnatting, sjå www.helsebergen.no/pasientreiser eller ring Pasientreiser på telefon 05515.

Sjukehuset er stengt i helg frå laurdag ettermiddag til mandag morgon, og i langhelger i samband med heilagdagar.

Du kan ikkje nå oss på telefon når sjukehuset er stengt.

Dersom du har behov for å snakke med medisinsk personale i desse periodane, må du kontakte fastlege eller legevakt (Tlf. 116117)



Adresse Hagaviksbakken 25, 5217 Hagavik

Sentralbord 56 56 58 00

www.kih.no