

Keisaraskurður

Keisaraskurður er aðgerð þar sem barn er fætt um skurð sem gerður er á kvið. Aðgerðin er yfirleitt gerð í deyfingu en við sérstakar aðstæður getur þurft svæfingu og tekur aðgerðin um 45 mínútur.

Ef grunur er um að fæðing sé farin af stað fyrir settan aðgerðardag, hriðir byrja eða legvatn fer að leka þarf að hafa samband við fæðingarvakt Landspítala í síma 543 3049.

Dvöl erlendis síðastliðna sex mánuði

Ef farið hefur verið á sjúkrahús erlendis síðastliðna sex mánuði eða ferðast til landa utan Evrópu eða til Norður-Ameríku, þarf að láta vita af því. Þá þarf að fara á heilsugæslustöð í sýnatöku til að hægt sé að gera viðeigandi ráðstafanir í aðgerðinni.

Stuðningur í fæðingu

Einum stuðningsaðila er velkomið að fylgja konu á skurðstofu og vöknun og dvelja hjá móður og barni eftir fæðingu svo lengi sem aðstæður leyfa. Aðrar heimsóknir eru ekki leyfðar á deildina.

Rakstur

Ráðlagt er að sleppa rakstri og fjarlægingu skapahára að minnsta kosti síðasta mánuðinn fyrir aðgerð. Rannsóknir sýna að hægt er að draga úr grunnum skurðsárasýkingum um allt að helming með því að fjarlægja ekki skapahár á þessum tíma. Ef á þarf að halda er hár fjarlægst af aðgerðasvæði áður en farið er á skurðstofu.

Tóbaksnotkun og rafrettur

Mælt er til þess að tóbak sé ekki notað á meðgöngu og eftir fæðingu vegna skaðlegra áhrifa þess á fóstur og barn. Einnig geta reykingar, nef- og munntóbaksnotkun og nikótín í rafrettum haft áhrif á bata eftir skurðaðgerð og seinkað því að sár grói og aukið hættu á fylgikvillum aðgerðar. Þeir sem nota tóbak eru hvattir til að hætta og geta leitað aðstoðar á heilsugæslustöðvum eða á www.heilsuvera.is (netspjall, símaráðgjöf og fræðsluefni um tóbak og meðgöngu).

Undirbúningur fyrir aðgerð

Innskriftarviðtal

Læknir kvennadeildar hringir eftir 33. viku meðgöngu. Í einstaka tilfellum hefur þetta viðtal verið tekið áður og fellur þá þetta símtal niður. Spurt verður um heilsufar og fræðsla veitt um aðgerðina og hvers má vænta. Fengnar eru upplýsingar um lyfjanotkun. Ef breyta eða stöðva þarf blóðþynningarmeðferð fyrir aðgerð er það rætt í viðtalinu. Ef ofnæmi eða óþol fyrir lyfjum er til staðar er mikilvægt að segja frá því.

Símaviðtal vegna deyfingar

Svæfingahjúkrunarfræðingur hringir nokkrum dögum fyrir aðgerð til að fara yfir heilsufar með tilliti til deyfingar og veita tækifæri til spurninga. Einnig er útskýrt hvernig deyfing í aðgerðinni fer fram.

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 óæskilegt er að taka viss lyf fyrir deyfingu.

Upplýsingar um komutíma

Ritari meðgöngu- og sængurlegudeildar sendir skilaboð í Heilsuveru í vikunni fyrir aðgerð með upplýsingum um klukkan hvað á að mæta í aðgerðina.

Myndband um keisaraskurð

Til að flyta fyrir bata og heimferð eftir keisaraskurð er ráðlagt að horfa á fræðslumyndband um keisaraskurð (<https://vimeo.com/148866217>).

Daginn fyrir aðgerð

Blóðrannsóknir

Síðasta virka dag fyrir keisaraskurð þarf að mæta í blóðsýnatöku fyrir hádegi á almenna göngudeild 10E á Landspítala við Hringbraut. Ef búseta er utan höfuðborgarsvæðisins er hægt að fara á heilsugæslustöð í blóðsýnatöku. Þá er nauðsynlegt að láta vita að rannsóknin sé vegna keisaraskurðar á Landspítala næsta dag, til að niðurstaðan berist tímanlega.

Kvöldið fyrir aðgerð

Fasta

Nauðsynlegt er að fasta fyrir aðgerð til að minnka hættu á fylgikvillum í tengslum við deyfingu. Löng fasta er þó ekki góð fyrir líkamann og fólki liður 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 sex klukkustundir fyrir komu á spítalann.
- Óhætt er að drekka tæra drykki (1-2 glös í senn) þar til tvær klukkustundir eru í komu á spítalann. Tær drykkur er til dæmis 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 tvær klukkustundir fyrir aðgerð.

Annar undirbúningur

Við innlögn á deild er gott að hafa með sér:

- Þægileg föt, náttföt eða slopp, inniskó, tannbursta, tannkrem og afþreyingarefni.
- Föt, bleyjur og þurrkur fyrir barn.
- Barnabílstól.

Aðgerðardagur

Sturta

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

Mæting er á meðgöngu- og sængurlegudeild 22A á 2. hæð í kvennadeildarhúsi Landspítala við Hringbraut, á umsömdum tíma. Hafa þarf með öll lyf sem tekin eru daglega. Ekki má taka inn eigin lyf án samráðs við lækni eða ljósmóður.

Ef keisaraskurður hefur verið ákveðinn vegna þess að barnið er í sitjandi stöðu eða þverlegu er möguleiki á að barnið snúi sér í höfuðstöðu. Við komu á deild er gerð ómskoðun og hætt er við keisaraskurð ef barn er komið í höfuðstöðu.

Fyrir aðgerð þarf að vera búið að undirrita samþykki fyrir aðgerð og deyfingu/svæfingu og er það gert við komu á deild. 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. Þegar komið er á skurðstofu fer fram frekari undirbúningur fyrir aðgerðina.

Til athugunar

- Ekki er leyfilegt að taka ljósmyndir af starfsfólki skurðstofu en taka má ljósmyndir af barni og fjölskyldu þegar barnið er fætt.
- Ef farsími er notaður þá þarf að vera stillt á flugstillingu.
- Símtöl eru ekki leyfð á skurðstofu.
- Myndbandsupptökur eru ekki leyfðar á skurðstofu.

Eftir aðgerð

Eftir aðgerð tekur við dvöl á vöknunardeild þar sem fylgst er náið með líðan móður og barns og þaðan flytjast þau á meðgöngu- og sængurlegudeild. Eðlilegt er að finna fyrir þreytu og sljóleika fyrst um sinn og borið getur á ógleði fyrst eftir aðgerð.

Verkir

Verkjalyf eru gefin á föstum tímum og í samráði við móður. Móðir metur styrk verkja á verkjakvarða þar sem 0 þýðir enginn verkur og 10 gríðarlegir verkir eða verstu hugsanlegu verkir. Mikilvægt er að láta vita um verki svo hægt sé að bregðast við. Markmiðið er að vera vel verkjastíllt, geta hreyft sig með góðu móti og andað djúpt.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Engir verkir			Vægir verkir		Miðlungs verkir		Miklir verkir			Gríðarlegir verkir

Þvaglát

Þvagleggur er settur í þvagblöðru í aðgerðinni og er hann yfirleitt fjarlægður samdægurs eða daginn eftir. Borið getur á þvagtrengðu þegar þvagleggur hefur verið fjarlægður og þá er mikilvægt að láta vita ef illa gengur að pissa eða lítið kemur af þvagi.

Hreyfing

Hreyfing er mikilvæg eftir aðgerð til að flýta fyrir bata og dregur úr líkum á fylgikvillum eins og blóðtappa. Hreyfing eykur einnig maga- og þarmahreyfingar. Fara má fram úr rúmi þegar kona treystir sér til en mikilvægt er að hafa einhvern hjá sér í fyrsta skipti vegna hættu á svima.

Þegar farið er fram úr rúmi er best að byrja á að beygja bæði hné og velta sér á aðra hliðina þannig að allur líkaminn hreyfist í einu lagi. Mikilvægt er að anda eðlilega og spenna sig ekki upp, þrátt fyrir hreyfinguna svo það myndist ekki aukinn þrýstingur niður í kviðarhol (skurðsvæðið). Þegar á hliðina er komið þarf að ýta sér frá með efri hendinni og koma sér þannig upp á olnbogann á neðri hendinni. Þegar þessi aðferð er notuð verður lítið álag á bol og kviðvöðva og þar af leiðandi minni verkir.



Mynd 1. Farið fram úr rúmi: Beygja hné, velta sér á hlið með bakið beint og reisa sig við.

Fylgikvillar

Algengustu fylgikvillar í eða eftir keisaraskurð eru mikil blæðing, blóðtappi í fæti og sýking á skurðsvæði.

Útskrift

Útskrift er áætluð innan 48 klukkustunda frá fæðingu barns. Kona fær heimaþjónustu ljósmóður fyrstu dagana eftir útskrift. Í einstaka tilfellum er þörf á lengri dvöl á sjúkrahúsinu.

Fyrir útskrift þarf að vera búð að fá:

- Útskriftarfræðslu
- Nafn og símanúmer ljósmóður sem sinnir heimaþjónustu
- Tíma í fimm daga skoðun barns

Útskriftarfræðsla

Verkir

Búast má við að finna fyrir verkjum á skurðsvæði fyrstu dagana eftir aðgerð. Mikilvægt er að draga úr verkjum eins og kostur er því verkir seinka bata. Ráðlagt er eiga verkjalyf heima til að taka eftir útskrift. Hægt er að kaupa paracetamol 500 mg og ibuprofen 400 mg án lyfseðils í apóteki. Hámarksskammtur af paracetamol er 1000 mg í senn, mest fjórum sinnum á sólarhring. Hámarksskammtur af ibuprofen er 400 mg, mest fjórum sinnum á sólarhring, það er á sex klukkustunda fresti. Fyrstu þrjá dagana eftir aðgerð getur verið þörf á sterkari verkjalyfjum og eru þau afhent á deildinni fyrir útskrift. Ekki er ráðlagt að taka inn lyf sem innihalda kódeín ef barn er á brjósti, til dæmis Parkódín því það getur borist til barns með brjóstamjól.

Ef verkir eru viðvarandi er æskilegt að taka verkjalyf reglulega yfir daginn, samkvæmt leiðbeiningum. Smám saman er síðan dregið úr töku lyfjanna með því að minnka skammta eða taka lyfin sjaldnar.

Matur og drykkur

Ekki er þörf á að breyta mataræði vegna aðgerðar. Gott er að borða trefjaríka fæðu og drekka vel til að hjálpa til við mjólkurmyndun og til að forðast hægðatregðu.

Þvaglát

Ekki ættu að verða breytingar á þvaglátum við aðgerðina.

Blæðing frá leggöngum

Búast má við blæðingu frá leggöngum í 1-3 vikur eftir aðgerð. Blæðingin kemur frá sári í legi þar sem fylgjan sat. Ráðlagt er að nota bindi í stað tíðatappa og álfabikars vegna hættu á sýkingu fyrst eftir aðgerð.

Kynlíf

Almennt má stunda kynlíf þegar fólk er tilbúið til þess en ráðlagt er að varast beinan þrýsting á skurðsvæðið.

Blóðþynningarlyf

Algennt er að gefin séu blóðþynningarlyf í sprautuformi eftir aðgerðina og er það metið af lækni á meðgöngu- og sængurlegudeild í hverju tilfelli fyrir sig. Meðferðin getur staðið allt frá 10 dögum til sex vikna eftir aðstæðum. Veittar eru leiðbeiningar um gjöf lyfsins fyrir heimferð.

Skurðsár

Skurðsári er ýmist lokað með:

- Málmheftum sem ljósmóðir í heimaþjónustu fjarlægir 5-6 dögum eftir aðgerð. Ef ekki er fengin heimaþjónusta, er bókaður tími í heftatöku á göngudeild meðgönguverndar á Landspítala eða á heilsugæslustöð ef búseta er utan höfuðborgarsvæðisins.
- Saumum sem eyðast af sjálfu sér. Yfir þeim eru litlir límplástrar sem ekki má fjarlægja fyrr en þeir losna sjálfir frá húðinni.

Vatnsheldar umbúðir eru yfir skurðsári. Taka á umbúðir af eftir fimm daga. Fara má í sturtu en ekki má fara í baðkar fyrr en skurðsár er vel gróið. Fara má í sund sex vikum eftir aðgerð. Skurðsár er viðkvæmt fyrir sterku sólarljósi í allt að 12 mánuði eftir aðgerð.

Hreyfing

Hæfileg hreyfing er mikilvæg eftir aðgerð til að flýta fyrir bata. Forðast þarf áreynslu á kvið og líkamsrækt í sex vikur eftir aðgerð. Gott er að miða við að lyfta ekki hlutum sem eru þyngrir en barnið meðan skurðsárið er að gróa.

Grindarbotnsæfingar

Mikilvægt er að gera grindarbotnsæfingar eftir meðgöngu og fæðingu til draga úr líkum á vandamálum frá grindarbotni, til dæmis þvagleka. Sjá nánar fræðsluefni um grindarbotnsæfingar á vef Landspítala.

Hafa þarf samband við bráðapjónustu kvennadeilda ef eftirfarandi hættumerki koma fram fyrstu tvær vikurnar eftir aðgerð:

- Auknir verkir eða verkir minnka ekki við verkjalyf
- Hiti er hærri en 38,5°C
- Blæðing eða vessi úr skurðsári
- Roði eða bólga er í kringum skurðsár
- Erfiðleikar við þvaglát, þrátt fyrir þvagþörf
- Verkur eða bjúgur er í kálfa eða fæti

Ef um brátt ástand er að ræða er haft samband við 112.

Símanúmer

Meðgöngu- og sængurlegudeild	543 3220
Skiptiborð Landspítala (símavakt bráðapjónustu kvennadeilda)	543 1000