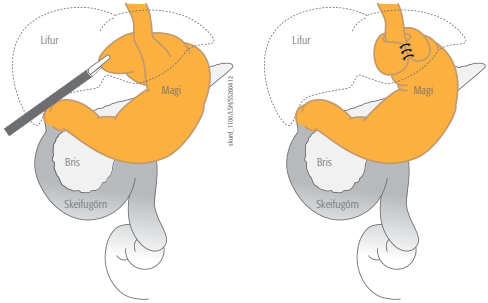
Bakflæðisaðgerð



Bakflæðisaðgerð er gerð hjá einstaklingum með slæmt vélinda-bakflæði eða langa sögu um slíkt. Aðgerðin er yfirleitt gerð með kviðsjá, gegnum fimm skurði (1-2 cm) á kviðvegg. Þindarop er þrengt og efsti hluti magans vafinn 360 gráður í kringum neðri hluta vélinda til að þrengja magaop og koma í veg fyrir bakflæði. Útskrift er áætluð samdægurs. Stundum er þó þörf á innlögn yfir nótt. Gera þarf ráð fyrir að vera frá vinnu í 1–3 vikur, háð starfi og líðan.

Fylgd heim

Gera þarf ráð fyrir að fá fylgd heim, því ekki má aka bíl fyrr en daginn eftir svæfingu. Eins þarf að hafa einhvern hjá sér fyrstu nóttina eftir aðgerð til öryggis. Hægt er að óska eftir dvöl á sjúkrahóteli ef þörf er á.

Náttúru- og fæðubótarefni

Ráðlagt er að hætta notkun allra náttúru- og fæðubótarefna tveimur vikum fyrir aðgerð þar sem þau geta aukið hættu á blæðingu í aðgerð og haft áhrif á verkun lyfja sem notuð eru við svæfingu. Óhætt er að taka áfram inn fjölvítamín og steinefni.

Tóbaksnotkun og rafrettur

Reykingar, nef- og munntóbaksnotkun og nikótín í rafrettum hafa áhrif á bata eftir skurðaðgerð og geta seinkað því að sár grói og aukið hættu á fylgikvillum aðgerðar. Því er mikilvægt að hætta tóbaksnotkun 6-8 vikum fyrir aðgerð og vera tóbakslaus í að lágmarki tvær vikur eftir aðgerð. Þeir sem nota tóbak eru hvattir til að hætta og geta leitað aðstoðar á heilsugæslustöðvum eða á www.heilsuvera.is (netspjall, símaráðgjöf og fræðsluefni).

Undirbúningur fyrir aðgerð

Símaviðtal vegna svæfingar

Svæfingahjúkrunarfræðingur hringir í sjúkling nokkrum dögum fyrir aðgerð til að fara yfir heilsufar með tilliti til svæfingar og veita tækifæri til að spyrja spurninga. Ef eitthvað er óljóst eða nánari rannsókna er þörf, er boðað í innskriftarviðtal á spítalanum fyrir aðgerðina.

Gott er að hafa lyfjalista tiltækan, 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 sum lyf fyrir svæfingu. Ef vandamál hafa komið upp eftir fyrri svæfingar, til dæmis miklir verkir, ógleði eða uppköst, er mikilvægt að segja frá því.

Í símaviðtalinu verður spurt um:

- Fyrri reynslu af svæfingum
- Ofnæmi eða óþol fyrir lyfjum
- Hæð og þyngd
- Áfengisneyslu og reykingar
- Gervitennur og tannbrýr
- Heilsufar og sjúkdóma
- Lyfjanotkun, þar á meðal notkun náttúrulyfja og fæðubótarefna

Kvöldið fyrir aðgerð

Blóðþynningarlyf

Í vissum tilvikum er gefið blóðþynningarlyf með sprautu undir húð kvöldið fyrir aðgerð. Margir kjósa að gefa sér sprautuna sjálfir og fá þá leiðbeiningar um það.

Fasta

Nauðsynlegt er að fasta fyrir aðgerð til að minnka hættu á fylgikvillum í tengslum við svæfingu. Löng fasta er þó ekki góð fyrir líkamann og fólki líður 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 og afþreyingarefni. Nota má farsíma en stilla þarf á hljóðlausa hringingu.

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, ilmefni, naglalakk, úr eða skartgripi.

Mæting er á dagdeild skurðlækninga 13D á 3. hæð Landspítala við Hringbraut, á umsömdum tíma að morgni aðgerðardags. Sýna þarf persónuskilríki við komu á deild. Hafa þarf með öll lyf sem tekin eru daglega. Ekki má taka inn eigin lyf án samráðs við lækni eða hjúkrunarfræðing.

Fyrir aðgerð þarf að vera búið að undirrita samþykki fyrir aðgerð og svæfingu. 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. Fyrir aðgerðina eru gefin verkjalyf í töfluformi sem verka í og eftir aðgerð. Þegar komið er á skurðstofu fer fram frekari undirbúningur fyrir aðgerðina.

Eftir aðgerð
Eftir aðgerð fer sjúklingur á vöknunardeild og síðan aftur á dag- eða legudeild. Heimsóknir eru ekki leyfðar á vöknunardeild en nánasta aðstandanda er velkomið að hringja og fá uppýsingar um líðan.

Ef verkir eða ógleði koma fram er mikilvægt að láta vita svo hægt sé að bregðast við því. Eðlilegt er að finna fyrir þreytu og sljóleika fyrst um sinn. Eftir svæfingu getur orðið vart við hálssærindi sem hverfa yfirleitt á 1-2 dögum.

Þvaglát
Eftir aðgerðina getur komið fram tregða við þvaglát og því er mikilvægt að reyna að pissa fljótlega eftir komu á deild. Láta þarf vita ef ekki gengur að pissa eða lítið kemur af þvagi.

Matur og drykkur
Nauðsynlegt er að vera á fljótandi fæði í viku eftir aðgerðina til að hlífa skurðsvæðinu. Mikilvægt er að sitja uppréttur við máltíðina. Daginn eftir aðgerð hringir næringarfræðingur og leiðbeinir um mataræði.

Fyrir útskrift þarf að vera búið að fá:
- Útskriftarfræðslu
- Lyfseðil fyrir verkja- og ógleðistillandi lyfjum ef þörf er á
- Endurkomutíma hjá lækni

Útskriftarfræðsla

Verkir
Sjá fylgiblað um verkjameðferð eftir skurðaðgerð. Lyfseðill er sendur í apótek. Læknar deildarinnar veita upplýsingar um aukaverkanir lyfja.

Þegar aðgerð er gerð með kviðsjá er lofti dælt í kviðarhol en við það getur komið fram erting á þind sem veldur verkjum sem leiða upp í axlir, en hverfa innan fárra daga. Mikilvægt er að draga úr verkjum eins og kostur er því verkir seinka bata. 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.

Mataræði
Fyrst eftir aðgerð getur borið erfiðleikum við kyngingu vegna bjúgs á aðgerðarsvæði. Til að forðast álag á skurðsvæði þarf að fylgja ráðleggingum næringarfræðings um fæðuval og áferð. Sjá fylgiblað um mataræði eftir skurðaðgerð vegna bakflæðis. Búast má við að finna fyrir uppþembu, auknum vindgangi og erfiðleikum við að ropa eftir aðgerðina.

Þvaglát
Ekki ættu að verða breytingar á þvaglátum við aðgerðina.

Skurðsár
Skurðsárum er lokað með saumi sem eyðist. Yfir þeim er húðlím eða litlir límplástrar sem ekki má fjarlægja fyrr en þeir losna sjálfir frá húðinni eða eftir 10-14 daga. Stundum eru sett málmhefti sem þarf að fjarlægja eftir 10-14 daga.

- Forðast ber alla óþarfa snertingu við sárin.
- Fylgjast þarf með útliti skurðsára með tilliti til roða, bólgu og vessa. Gott er að nota spegil við að skoða sárin en forðast þó alla óþarfa snertingu við sár.
- Fara má í sturtu sólarhring eftir aðgerð og þerra sárin mjúklega með hreinu handklæði eftir sturtuna. Ekki má fara í baðkar, heitan pott eða sund fyrr en sár eru gróin.
- Skurðsár eru viðkvæm fyrir sterku sólarljósi í allt að 12 mánuði eftir aðgerð.

Hreyfing
Forðast þarf áreynslu á kvið, að lyfta eða bera þunga hluti (þyngri en um 5 kg) og líkamsrækt í tvær vikur eftir aðgerð. Hreyfing og djúpöndun er mikilvæg eftir aðgerð til að flýta fyrir bata og bæta starfssemi hjarta og lungna, hún dregur úr líkum á fylgikvilla eins og blóðtappa eða lungnabólgu. Gott er að hreyfa sig daglega og eru gönguferðir góður kostur.

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

Vinna
Vinnu má hefja eftir 1–3 vikur, háð eðli starfs og líðan. Hægt er að fá veikindavottorð í endurkomutíma ef nauðsyn krefur.

Kostnaður
Greiða þarf fyrir aðgerð á dagdeild. Verð er samkvæmt gjaldskrá á heimasíðu Landspítala.

Hafa þarf samband við dagdeild 13D ef eftirfarandi hættumerki koma fram fyrstu þrjár vikurnar eftir aðgerð:

- Líkamshiti er hærri en 38,5°C
- Verkir minnka ekki við verkjalyf
- Blæðir stöðugt eða vessar úr skurðsárum
- Roði eða bólga er í kringum skurðsár
- Stöðug ógleði eða uppköst
- Viðvarandi erfiðleikar við kyngingu

Í bráðatilvikum er leitað til bráðamóttöku eða hringt í 112

Símanúmer

Innskriftarmiðstöð 10E	543 2200
Dagdeild skurðlækninga 13D	543 7480
Kviðarhols- og þvagfæraskurðdeild 13EG	543 7500
Þjónustuver Landspítala (opið allan sólarhringinn)	543 1000

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja ef spurningar vakna.

Þetta fræðsluefni er gert fyrir sjúklinga Landspítala og aðstandendur þeirra og er byggt á bestu þekkingu við útgáfu þess. Tilgangur fræðsluefnisins er að styðja við faglega ráðgjöf heilbrigðisstarfsfólks Landspítala sem veitir nánari upplýsingar eftir þörfum. Efninu er ekki ætlað að koma í stað einstaklingsbundinna leiðbeininga heilbrigðisstarfsfólks.

ÚTGEFANDI:
LANDSPÍTALI
MIÐSTÖÐ SJÚKLINGAFRÆÐSLU
SEPTEMBER 2026
FRÆ-0356

ÁBYRGÐARMENN:
YFIRLÆKNIR
KVIÐARHOLSSKURÐLÆKNINGA OG
DEILDARSTJÓRAR 13EG OG 13D

HÖNNUN:
GRAFÍSKUR HÖNNUÐUR
LANDSPÍTALA

© Landspítali. Leyfilegt er að afrita og nota efnið óbreytt, sé heimildar getið.

LANDSPÍTALI

FRÆÐSLUEFNI

Skurðaðgerð vegna bakflæðis

Ráðleggingar um mataræði

Eftir aðgerð á meltingarvegi er mikilvægt að nærast vel. Misjafnt er hvernig fólki líður og gengur að nærast eftir aðgerð. Fyrstu vikuna eftir aðgerð þarf að vera á fljótandi fæði og næstu tvær vikur þar á eftir á mjúku fæði. Að þeim tíma liðnum geta flestir borðað allan mat eins og áður.

Mikilvægt er að gefa sér nægan tíma við máltíðir, sitja uppréttur og borða smærri máltíðir til að byrja með. Stöku sinnum getur virst sem matur eða lyf séu föst í vélindanu. Þá er ráðlagt að ganga rólega um og drekka litla sopa af vatni.

Næringarviðbót

Ef ber á lystarleysi eða erfiðlega gengur að nærast, er ráðlagt að fá sér auka næringu milli mála.

- Næringardrykkur úr matvörubúð, til dæmis Næring+.
- Próteindrykkir úr matvörubúð, til dæmis Hleðsla, Done próteindrykkir, skyrdrykkir, kefír og aðrir próteindrykkir.
- Næringardrykkir, til dæmis Nutridrink og Resource sem fást í apótekum.

Það sem þarf að forðast fyrstu þrjár vikurnar eftir aðgerð.

- Brjóstsykur og annað sælgæti sem getur hrokkið auðveldlega ofan í kok
- Hrátt grænmeti, gróft morgunkorn eða múslí, grófkornabrauð, poppkorn, fræ, hnetur eða annað sem getur verið ertandi
- Ískalda og sjóðheita drykki, þar sem þeir geta valdið verkjum og óþægindum
- Sterkt kaffi og mikið kryddaðan mat
- Gosdrykki og bjór vegna loftmyndunar
- Áfengi

Fyrsta vikan eftir aðgerð

Fæðan þarf að vera á fljótandi formi. Mikilvægt er að borða reglulega yfir daginn (4-5 sinnum) og gefa sér góðan tíma við máltíð.

Tillögur að morgunverði og millimáltíðum

- Vel soðinn hafragrautur
- Ab-mjólk, súrmjólk, jógúrt eða þynnt skyr
- Bústdrykkir úr til dæmis skyri, jógúrti, jurtamjólk og ávöxtum eða öðru maukað saman
- Ávaxtasafar eða maukaðir ávextir (fljótandi)

Tillögur að heitum máltíðum

Grænmetissúpur (gjarnan heimalagaðar) af ýmsu tagi maukaðar með sprota, í matvinnsluvél eða blandara. Nota má baunir í súpur, til dæmis linsubaunir, kjúklingabaunir eða aðrar baunir. Ekki er þörf á að sigta súpur ef þær eru vel maukaðar.

Tillaga að matseðli með fljótandi fæði

Morgunverður Vel soðinn hafragrautur með mjólk eða ab-mjólk, súrmjólk eða jógúrt	**Hádegisverður** Maukuð grænmetissúpa, Hleðsla eða annar próteindrykkur **Millibiti** Næringardrykkur eða búst drykkur	**Kvöldverður** Maukuð grænmetissúpa eða annar vel maukaður fljótandi matur **Millibiti** Ávaxtasafi eða bústdrykkur
Drykkir með máltíð eða á milli mála: Vatn, te, ávaxtasafi, næringardrykkur eða kaffi		

Önnur og þriðja vikan eftir aðgerð

Fæðan þarf að vera mjúk, stöppuð eða maukuð. Mikilvægt er að tyggja matinn vel, borða oftar og minna í einu og drekka vel af vökva.

Tillögur að morgunverði og millimáltíðum:

- Hafragrautur eða bleytt morgunkorn
- Súrmjólk, ab-mjólk, jógúrt eða skyr
- Ávaxtagrautur eða súpur
- Ávaxtamauk eða vel stappaður ávöxtur
- Mjúkt brauð með mjúku áleggi

Tillögur að heitum máltíðum:

- Kjöt, hakkað eða mjög smátt skorið, bleytt með sósu eða soði.
- Fiskur með sósu eða smjöri
- Grænmetis- og baunaréttir vel eldaðir
- Soðnar, stappaðar kartöflur eða kartöflumús
- Vel soðið grænmeti, stappað eða maukað

Tillaga að matseðli með mjúku fæði

Morgunverður Hafragrautur með mjólk eða ab-mjólk, súrmjólk eða bleytt morgunkorn	**Hádegisverður** Stappaður fiskur með smjöri eða sósu, soðnar kartöflur og vel soðið grænmeti stappað eða maukað **Millibiti** Ávöxtur eða mjúkt brauð með áleggi	**Kvöldverður** Hakkað, maukað eða smátt skorið kjöt, stappaðar kartöflur og vel soðið grænmeti stappað eða maukað **Millibiti** Mjúkur ávöxtur eða næringardrykkur
Drykkir með máltíð eða á milli mála: Vatn, mjólk, te, ávaxtasafi, næringardrykkur eða kaffi		

Þetta fræðsluefni er gert fyrir sjúklinga Landspítala og aðstandendur þeirra og er byggt á bestu þekkingu við útgáfu þess. Tilgangur fræðsluefnisins er að styðja við faglega ráðgjöf heilbrigðisstarfsfólks Landspítala sem veitir nánari upplýsingar eftir þörfum. Efninu er ekki ætlað að koma í stað einstaklingsbundinna leiðbeininga heilbrigðisstarfsfólks.

ÚTGEFANDI:
LANDSPÍTALI
MIÐSTÖÐ SJÚKLINGAFRÆÐSLU
APRÍL 2026
FRÆ-0267

ÁBYRGÐARMAÐUR:
DEILDARSTJÓRI NÆRINGARSTOFU

HÖNNUN:
GRAFÍSKUR HÖNNUÐUR
LANDSPÍTALA

© Landspítali. Leyfilegt er að afrita og nota efnið óbreytt, sé heimildar getið.