

Skurðaðgerð á brisi, gallvegum og skeifugörn (Whipple's)

Í skurðaðgerðinni er fjarlægður hluti af brisi, maga, og gallgangi ásamt gallblöðru og skeifugörn. Til að stuðla að bata og draga úr líkum á fylgikvillum er ákveðnu ferli fylgt sem snertir hreyfingu og næringu fyrir og eftir aðgerð. Rétt er að gera ráð fyrir að vera frá vinnu í að minnsta kosti 3–6 mánuði, háð starfi, líðan og annarri meðferð.

Blóðþynningarlyf

Hætta þarf að taka flestar tegundir blóðþynningarlyfja fyrir aðgerðina, en það er gert í samráði við skurðlækni. Ef tekin eru blóðþynningarlyf að staðaldri, getur þurft að fá blóðþynningarlyf í sprautuformi undir húð fyrir og eftir aðgerð.

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.

Næring og hreyfing

Gott er að byggja líkamann upp fyrir aðgerðina með því að hreyfa sig daglega, borða næringarríkan mat, taka inn vítamín og drekka orku- og próteinríka næringardrykki. Búast má við breytingum á matarþoli og þyngd eftir aðgerð. Gott næringarástand fyrir aðgerð getur minnkað líkur á fylgikvillum aðgerðar.

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).

Aðstæður heima

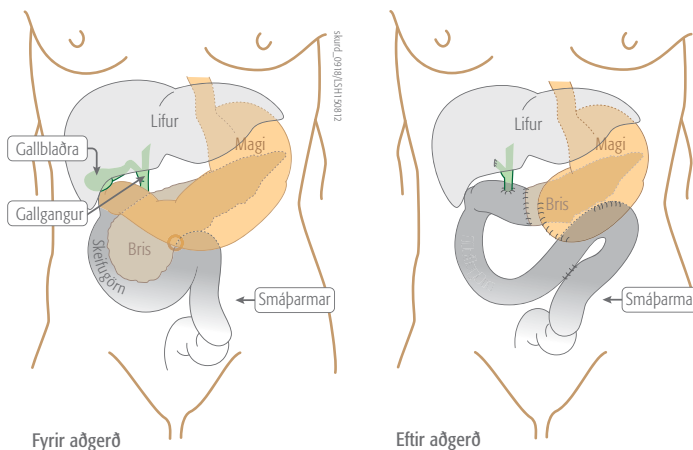
Ef aðstæður heima fyrir eru þannig að þörf er á aðstoð eftir útskrift, er gott að huga að því fyrir eða strax við innlögn. Hjúkrunarfræðingar geta aðstoðað við að fá dvöl á sjúkrahótel, heimilishjálp og/eða heimahjúkrun.

Undirbúningur fyrir aðgerð

Þegar aðgerðardagur nálgast er sjúklingur boðaður í innskrift á innskriftarmiðstöð 10E í kjallara Landspítala við Hringbraut. Svára þarf spurningum um heilsufar í Landspítalaappi fyrir viðtalið og hafa aðstandanda með í innskrift. Hafa þarf með öll lyf sem tekin eru daglega eða lyfjakort.

Innskrift

Á innskriftarmiðstöð fer fram viðtal við hjúkrunarfræðing, skurðlækni, sérnámslækni, sjúkrahjálpara og svæfingalækni. Spurt verður um heilsufar, gerð læknisskoðun og fræðsla veitt um undirbúning fyrir aðgerðina. Farið er yfir notkun dagbókar sem sjúklingur hefur hjá sér eftir aðgerð og er leiðbeinandi áætlun um meðferð eftir aðgerð. Undirrita þarf samþykki fyrir aðgerð og svæfingu. Gera þarf ráð fyrir að innskrift taki 3–4 klukkustundir. Í vissum tilfellum þarf að hitta svæfingalækni nokkrum dögum eftir eiginlega innskrift.



Rannsóknir

Tekin eru blóðsýni ásamt hjartalínuriti og lungnamynd ef þörf er á.

Sjúkrabjálfun

Öndunar- og fóttaæfingar er mikilvægur þáttur í bataferlinu. Sjúkrabjálfari kennir æfingar fyrir og eftir aðgerðina.

Lyf og ofnæmi

Mikilvægt er að láta vita um ofnæmi fyrir lyfjum, röntgenskuggaefni eða öðru. Svæfingalæknir metur hvaða lyf eigi að taka að morgni aðgerðardags.

Kostnaður

Greiða þarf fyrir þjónustu á innskriftarmiðstöð.

Kvöldið fyrir aðgerð

Blóðþynningarlyf

Flestir fá blóðþynningarlyf sem gefið er með sprautu undir húð kvöldið fyrir aðgerð til að minnka hættu á myndun blóðtappa. Hjúkrunarfræðingur leiðbeinir um gjöf lyfsins í innskriftarviðtali.

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:

- Klukkan 18 kvöldið fyrir aðgerð: Byrja að drekka sérstaka undirbúningsdrykki sem afhentir voru í innskriftarviðtali (alls 800 ml). Fá sér aukabita áður en farið er að sofa.
- 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. Tveimur klukkustundum fyrir áætlaðan aðgerðartíma á að drekka sams konar undirbúningsdrykki (alls 400 ml) og kvöldið áður samkvæmt leiðbeiningum.
- 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 innlögna á deild er gott að hafa með sér slopp, inniskó, hleðslutæki 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. Þrifa þarf naflann með bómullarpinna og karlmenn þurfa að þvo vandlega undir forhúð. Klæðast þarf hreinum fötum eftir sturtuna og ekki má nota svitalyktareyði, krem, andlitsfarða, ilmefni, úr eða skartgrip.

Mæting er á dagdeild 13D á 3. hæð Landspítala við Hringbraut, á umsömdum tíma að morgni aðgerðardags. Hafa þarf með öll lyf sem tekin eru daglega. Ekki má taka inn eigin lyf nema í samráði við lækni eða hjúkrunarfræðing.

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. Aðgerðin er gerð í svæfingu og getur tekið 6-8 klukkustundir. Skurðlæknir hefur samband við aðstandanda að aðgerð lokinni.

Eftir aðgerð

Eftir aðgerð tekur við dvöl á vöknun þar sem fylgst er með líðan sjúklings til næsta dags en þá er fyrirhugaður flutningur á legudeild. Heimsóknir eru ekki leyfðar á vöknunardeild, en nánasta aðstandanda er velkominn að hringja.

Notkun dagbókar

Öndunaræfingar, hreyfing og næring eftir bestu getu hafa jákvæð áhrif á bata og geta fækkað fylgikvillum. Dagbókin getur hjálpað við að fylgjast með og minnt á mikilvæg atriði eins og öndunaræfingar, hreyfingu og næringu sem geta stuðlað að farsælu bataferli. Því er mikilvægt að skrá jafnóðum í dagbókina. Þá getur starfsfólk einnig fylgst með framförum og gripið inn í eftir þörfum. Tími bataferlis fer eftir umfangi aðgerðar og er dagbókin því leiðbeinandi.

Verkir

Verkjalyf eru gefin á föstum tímum og í samráði við sjúkling. Yfirleitt er verkjameðferð í formi utanbastsdeyfingar. Þá er grannur plastleggur settur utan við mænugöng, í bil á milli tveggja hryggjarliða. Deyfingin er höfð í nokkra daga eftir aðgerð og er gefin með reglulegum skömmtum með dælu. Einnig er hægt að gefa sér aukaskammt ef á þarf að halda. Sjúklingur 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 verkjastilltur, geta hreyft sig með góðu móti og andað djúpt. Hálssærindi geta komið eftir svæfinguna, en þau hverfa yfirleitt á 1-2 dögum.

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

Hreyfing og öndunaræfingar

Hreyfing er mikilvæg eftir aðgerð til að flýta fyrir bata og bæta starfsemi hjarta og lungna. Hún dregur úr líkum á fylgikvillum eins og blóðtappa eða lungnabólgu. Hreyfing getur einnig aukið garnahreyfingar.

Æskilegt er að vera sem mest á fótum, ganga eða sitja í stól í að minnsta kosti 2-4 klukkustundir fyrstu tvo dagana eftir aðgerð og síðan 4-6 klukkustundir á sólarhring. Starfsfólk deildarinnar aðstoðar við og ráðleggur um hreyfingu. Mikilvægt er að fylgja áætlun um hreyfingu og öndunaræfingar sem kemur fram í dagbók.

Öndunaræfingar eru nauðsynlegar til að minnka hættu á samfalli á lungnavef en það er algengasta ástæða hita fyrstu dagana eftir aðgerð. Mikilvægt er að gera þær samkvæmt leiðbeiningum sjúkraþjálfara. Sjúkraþjálfari kemur 1-2 sinnum á dag og aðstoðar við öndunaræfingar og hreyfingu. Súrefni er gefið eftir þörfum.

Nota þarf teygjusokka sem deildin útvegar meðan á sjúkrahúsdvöl stendur. Þeir bæta blóðrás í fótum og minnka hættu á myndun blóðtappa.

Þvagleggur

Þvagleggur er settur í þvagblöðru í aðgerð til að fylgjast með þvagútskilnaði og er hann yfirleitt fjarlægður um þremur dögum eftir aðgerð. Þegar búinn er að fjarlægja þvaglegginn getur borið á þvagtrengdu og því er mikilvægt að láta vita ef ekki gengur að pissa eða lítið kemur af þvagi.

Magasonda

Í aðgerðinni er sett magasonda, slanga sem liggur um nef og niður í maga. Hún tekur við magasafa, kemur í veg fyrir ofpenslu á maga og minnkar líkur á ógleði og uppköstum. Magasondan er oftast fjarlægð daginn eftir aðgerð en mögulegt er að setja þurfi nýja magasondu ef mikil uppköst eða hiksti koma fram.

Næring

Vökvi er gefin í æð þar til sjúklingur getur drukkið og borðað nægjanlega. Í vissum tilfellum er gefin sérstök næring í æð. Gefin eru ógleðistillandi lyf ef með þarf. Til að fylgjast með mögulegri vökvæðun og bjúg er fylgst daglega með breytingum á þyngd.

Garnastarfssemi verður hæg eftir aðgerð og einstaklingsbundið er hve fljótt það gengur yfir. Því er fylgst með garnahljóðum og hvenær loft og hægðir koma niður. Til að flýta fyrir að garnastarfssemi komist í gang er mikilvægt að fylgja áætlun í dagbók.

Næringarfræðingur hittir sjúkling á deild eftir þörfum. Æskilegt er að sitja uppréttur við og eftir máltíðir og borða litlar máltíðir í einu.

Blóðsykur

Tímabundin röskun getur orðið á blóðsykri, því er fylgst með blóðsykri reglulega fyrstu dagana eftir aðgerð. Hjá sjúklingum með sykursýki eru lyf gefin í æð eða undir húð þar til lækni hefur metið að sjúklingur megi taka sín hefðbundnu lyf.

Skurðsár

Skurðsári er lokað með málmheftum sem eru fjarlægð 10-14 dögum eftir aðgerð. Fylgst er með skurðsári og skipt á umbúðum eftir þörfum.

Drenslanga

Drenslanga liggur gegnum kviðvegg til að fylgjast með magni og útliti sáravökva eftir aðgerð. Hún er höfð í að minnsta kosti þrjú daga.

Svefn

Algengt er að svefnmynstur breytist, sérstaklega fyrstu dagana eftir aðgerð. Verkir, skert hreyfigeta og umhverfisþættir geta haft áhrif á svefn og mikilvægt er að láta vita ef illa gengur að sofa svo hægt sé að bregðast við því.

Andleg líðan

Búast má við breytingum á andlegri líðan í tengslum við veikindi. Starfsfólk er reiðubúið að ræða við sjúkling og fjölskyldu hans um líðan þeirra. Einnig er hægt að kalla til aðra fagaðila til stuðnings.

Útskrift

Útskrift er áætluð sjö dögum eftir aðgerð. Mælt er með að fara heim í leyfi hluta úr degi, daginn fyrir heimferð. Ef fylgikvillar koma fram eftir aðgerð, getur það lengt sjúkrahúsdvölinu.

Fyrir útskrift þarf að vera búð að fá:

- Útskriftarfræðslu
- Lyfseðil í lyfjagátt fyrir verkjalyfjum og sýruhemjandi lyfjum
- Endurkomutíma hjá skurðlækni
- Viðtal við næringarfræðing og skriflegt fræðslufni
- Leiðbeiningar varðandi heftatöku á heilsugæslustöð eða göngudeild

Útskriftarfræðsla

Verkir og verkjalyf

Sjá fylgiblað um verkjameðferð eftir skurðaðgerð. Lyfseðill er sendur rafrænt í apótek. Forðast þarf notkun bólgueyðandi verkjalyfja.

Akstur

Sum verkjalyf skerða aksturshæfni (merkt með þríhyrningi á pakkningu) og því má ekki aka bíl meðan þeirra er þörf. Læknar deildarinnar veita upplýsingar um aukaverkanir lyfja.

Mataræði

Búast má við breytingum á matarþoli eftir aðgerðina, en einstaklingsbundið er hvernig gengur að borða. Til að sporna við of miklu þyngdartapi og vannæringu þarf að huga vel að mataræði og næringargildi matarins. Næringardrykkir geta verið góð viðbót milli mála og stundum komið í stað máltíðar.

Nokkur almenn ráð um máltíðir:

- Gefa sér góðan tíma til að borða og tryggja matinn vel.
- Borða oft en minna í einu.
- Æskilegt er að borða þrjár máltíðir á dag og fá sér auk þess hressingu milli mála (2-3 sinnum yfir daginn).

Skurðsár

Fylgjast þarf daglega með útliti skurðsárs á kvið með tilliti til roða, bólgu og vessa. Gott er að nota spegil við að skoða sárið en forðast þó alla óþarfa snertingu við skurðsár. Óhætt er að fara í sturtu, en ekki er ráðlegt að fara í baðkar eða sund fyrr en sár er vel gróið (tekur yfirleitt 2-3 vikur). Hefti eru fjarlægð 10-14 dögum eftir aðgerð í endurkomutíma eða á heilsugæslustöð. Ör eftir skurðaðgerð eru viðkvæm fyrir sterku sólarljósi í allt að 12 mánuði eftir aðgerð.

Þvaglát og hægðir

Búast má við breytingu á hægðum tímabundið eftir aðgerðina en ekki ættu að verða breytingar á þvaglátum.

Öndun og hreyfing

Mikilvægt er að gera öndunaræfingar sex sinnum á dag í 6-8 vikur eftir að heim er komið og hreyfa sig daglega. Gönguferðir eru góður kostur til að byggja upp þrek og getur aukið matarlyst. Forðast þarf áreynslu í 4-6 vikur eftir aðgerð og varast að lyfta eða bera þunga hluti (yfir 5 kg) á meðan skurðsárið er að gróa.

Kynlíf

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

Svefn og hvíld

Búast má við þreytu og úthaldsleysi fyrstu mánuðina eftir aðgerð. Gott er að ná að minnsta kosti 6–8 klukkustunda nætursvefni og hvíla sig yfir daginn ef þörf er á. 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 mælt með að leita aðstoðar, til dæmis hjá heimilislækni.

Annar stuðningur og úrræði

- Kraftur (www.kraftur.org) er stuðningsfélag fyrir fólk á aldrinum 18-40 ára sem greinst hefur með krabbamein og aðstandendur þeirra.
- Ljósíð (www.ljosid.is) er endurhæfingar- og stuðningsmiðstöð fyrir fólk sem hefur fengið krabbamein og aðstandendur þeirra.
- Ráðgjafarþjónusta Krabbameinsfélagsins (<https://www.krabb.is/studningur/radgjof>) býður upp á fræðslu, viðtöl, faglega ráðgjöf, sálgæslu, djúpslökun, ýmis námskeið og hagnýtar upplýsingar.

Vinna

Gera þarf ráð fyrir að vera frá vinnu í 3-6 mánuði. Byrja má að vinna aftur í samráði við lækni og með tilliti til frekari meðferðar.

Hafa þarf samband við hjúkrunarfræðing á göngudeild 10E á dagvinnutíma ef eftirfarandi hættumerki koma fram fyrsta mánuðinn eftir aðgerð:

- Líkamshiti er hærri en 38,5°C
- Verkir aukast eða minnka ekki við verkjalyf
- Blæðir eða vessar úr skurðsári
- Roði eða bólga er í kringum skurðsár
- Viðvarandi ógleði og uppköst
- Verkur eða bjúgur er í kálfa eða fæti
- Ofnæmisviðbrögð fyrir lyfjum koma fram (kláði, útbrot, öndunarerfiðleikar)
- Mikill sljóleiki er til staðar

Í neyðartilvikum er ráðlagt að leita á bráðamóttöku eða hringja í 112.

Símanúmer

Ef spurningar vakna eða einhver af umræddum einkennum eru til staðar er haft samband við göngudeild kviðarholsskurðlækninga í síma 543 2200, klukkan 08:00-15:00 virka daga. Þá færðu samband við ritara sem biður hjúkrunarfræðing að hringja til baka.

Verkjameðferð eftir skurðaðgerð

Útskriftarfræðsla

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.

Verkjalyf

Taka á verkjalyf samkvæmt ráðleggingum. Yfirleitt er heppilegast að taka verkjalyf reglulega yfir daginn. Ekki er æskilegt að bíða eftir því að verkir verði slæmir því þá er erfiðara að ná stjórn á þeim. Ef verkir eru enn til staðar þrátt fyrir að verkjalyf séu tekin reglulega má taka verkjalyf til viðbótar samkvæmt ráðleggingum.

Ef þörf er á sterkum verkjalyfjum eftir aðgerð er ráðlagt að nota þau í eins stuttan tíma og hægt er. Þegar verkir minnka er dregið úr töku lyfjanna með því að minnka skammta eða taka lyfin sjaldnar. Ráðlagt er að hætta fyrst töku sterkra verkjalyfja. Síðan er dregið úr töku annarra verkjalyfja. Dæmi um sterk verkjalyf eru parkódín, tramadol og oxycodone.

Algengar aukaverkanir verkjalyfja

Algengt er að finna fyrir hægðatregðu og ýmiss konar óþægindum í maga en ekki er víst að allir finni fyrir aukaverkunum.

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 1,5 lítra af vökva á dag. Hægt er að kaupa hægðalyf án lyfseðils í apóteki.

Magaóþægindi

Æskilegt er að taka lyfin með glasi af vatni eða máltíð.

Önnur verkjameðferð

Aðferðir sem hafa reynst vel eru slökun, að hlusta á tónlist og dreifa athyglinni. Í sumum tilvikum geta kaldir bakstrar dregið úr verkjum. Í sumum tilvikum má ekki nota kulda sem verkjameðferð og því er nauðsynlegt að fá leiðbeiningar um notkun hjá heilbrigðisstarfsfólki.

NAFN _____ DAGSETNING AÐGERBAR _____ AÆTLAÐUR ÚTSKRIFTARDAGUR _____

Dagbókin er til viðmíðunar og markmið hvers dags miðast við ástand og lífan hverju sinni.

Aðgerðardagur

Dagur 1

Dagur 2

Dagur 3

Eftir aðgerð:

- Nota verkjarkvarða við mat á verkjum.
Láta vita ef verkur fer yfir 4 í hvíld.
- Nota sjálfstýrða verkjádælu eftir þörfum.
- Fasta á mat og drykk vegna magasondu.
- Öndunar- og fóttaefingar.
- Standa upp eða sejtast á rúmstokk í 15 mínútur með aðstoð.

Athugasemdir:

- Nota verkjarkvarða við mat á verkjum.
Láta vita ef verkur fer yfir 4 í hvíld.
- Nota sjálfstýrða verkjádælu eftir þörfum.
- Vigtun til að fylgjast með vökvásöfnun.
- Magasonda fjarlægð. Dreypa á fljótandi tæru fæði og einum næringardrykki í lítulum sopum, að hámarki 500 ml yfir sólarhringinn.
- Öndunar- og fóttaefingar á klukkustundar fresti yfir daginn.
- Vera í teygjusokkum a.m.k. yfir daginn.

- Fara tvísvar á göngu með aðstoð. Miða við að vera á fótum/stíja í stól í samtals tveir kst.

Morgun



Kvöld



0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Engir verkir Vægir verkir Miðlungs verkir Miklir verkir Gríðarlegir verkir

Við mat á verkjum getur þú notað kvarðann hér fyrir ofan. Miðað er við að styrkur verkja fari ekki yfir 4 í hvíld.

- Nota verkjarkvarða við mat á verkjum.
Láta vita ef verkur fer yfir 4 í hvíld.
- Nota sjálfstýrða verkjádælu eftir þörfum.
- Vigtun til að fylgjast með vökvásöfnun.
- Dreka tvo næringardrykki.
- Fljótandi fæði, að hámarki 1000 ml yfir sólarhringinn (næringardrykkir meðaldir).

- Öndunar- og fóttaefingar á klukkustundar fresti yfir daginn.
- Vera í teygjusokkum a.m.k. yfir daginn.

- Fara þrisvar á göngu með aðstoð. Miða við að vera á fótum eða stíja í stól í samtals 4 kst. Mælt er með að fara í sturtu.

Fyrir hádegi



Eftir hádegi



Kvöld



- Líklegt er að dregið verði ur verkjareypi.
Nota verkjarkvarða við mat á verkjum.
Láta vita ef verkur fer yfir 4 í hvíld.
- Vigtun til að fylgjast með vökvásöfnun.
- Fara á salerni innan fjögurra kst. ef þvaglegur hefur verið fjarlægður.
Láta vita ef illa gengur að pissa eða lífið kemur af þvagi.

- Dreka tvo næringardrykki.

- Fljótandi fæði. Miða við að dreka meira en 1500 ml en að hámarki 2500 ml.

- Öndunar- og fóttaefingar á klukkustundar fresti yfir daginn.

- Vera í teygjusokkum a.m.k. yfir daginn.

- Fara fjórum sinnum á göngu með aðstoð. Miða við að vera á fótum eða stíja í stól í samtals 4 kst.

Fyrir hádegi



Eftir hádegi



Kvöld



SKURÐADGERÐ Á BRISI, GALLVEGUM OG SKEIFUGÖRN - DAGBÓK

NAFN _____ AÆTLAÐUR ÚTSKRIFTARDAGUR _____

Gerðu ráðstafanir tímanlega varðandi það hver sækir þig við útskrift af spítalanum.

Dagur 4

- Líklegt er að verkjadreypri verði fjarlægð.
Nota verkjakrafa við mat á verkjum.
Láta víta ef verkur fer yfir 4 í hvíld.
- Vigtn til að fylgjast með vökasöfnun.
 Drekkja tvo næringardrykki.
 Létt fæði.
- Öndunar- og fótaæfingar
á klukkustundar fresti yfir daginn.
- Vera í teygjusokkum a.m.k. yfir daginn.
- Fara fimm sinnum á göngu. Miða við að vera á fótum eða stíja í stól í samtals 4 klst.

Fyrir hádegi
Eftir hádegi
Kvöld

Dagur 5

- Nota verkjakrafa við mat á verkjum.
Láta víta ef verkur fer yfir 4 í hvíld.
- Vigtn til að fylgjast með vökasöfnun.
 Drekkja tvo næringardrykki.
 Létt fæði.
- Öndunar- og fótaæfingar
á klukkustundar fresti yfir daginn.
- Vera í teygjusokkum a.m.k. yfir daginn.
- Fara sex sinnum á göngu. Miða við að vera á fótum eða stíja í stól í samtals 4 klst. Afta göngu í stíga með aðstoð ef þörf er á.

Fyrir hádegi
Eftir hádegi
Kvöld

Dagur 6

- Nota verkjakrafa við mat á verkjum.
Láta víta ef verkur fer yfir 4 í hvíld.
- Vigtn til að fylgjast með vökasöfnun.
 Drekkja tvo næringardrykki.
 Létt fæði.
- Öndunar- og fótaæfingar
á klukkustundar fresti yfir daginn.
- Vera í teygjusokkum a.m.k. yfir daginn.
- Fara í leyfi hluta úr degi ef ástand leyfir.
- Fara sex sinnum á göngu. Miða við að vera á fótum eða stíja í stól í samtals 4 klst.

Fyrir hádegi
Eftir hádegi
Kvöld

Útskriftardagur

- Vigtn til að fylgjast með vökasöfnun.
 Miðað er við útskrift fyrir hádegi.
 Útskriftarviðtal og farið yfir skriflegt fræðsluefni. Mælt er með að aðstandandi sé viðstaddur.
- Fræðsla um nokkun verkjalýfja eftir heimferð og hvort varast þurfi innistöku einhverra lyfja eftir aðgerð.
- Fyrir heimferð**
- Lyfseðill sendur rafrænt í apótek.
- Bókaður endurkomutími hjá skurðlækni.
- Fengnar upplýsingar um heftatöku ef þörf er á.

Athugasemdir:

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Engir verkir		Vægir verkir		Midlungs verkir		Miklir verkir		Grófarlegir verkir		

Við mat á verkjum getur þú notað kvarðann hér fyrir ofan. Miðað er við að styrkur verkja fari ekki yfir 4 í hvíld.