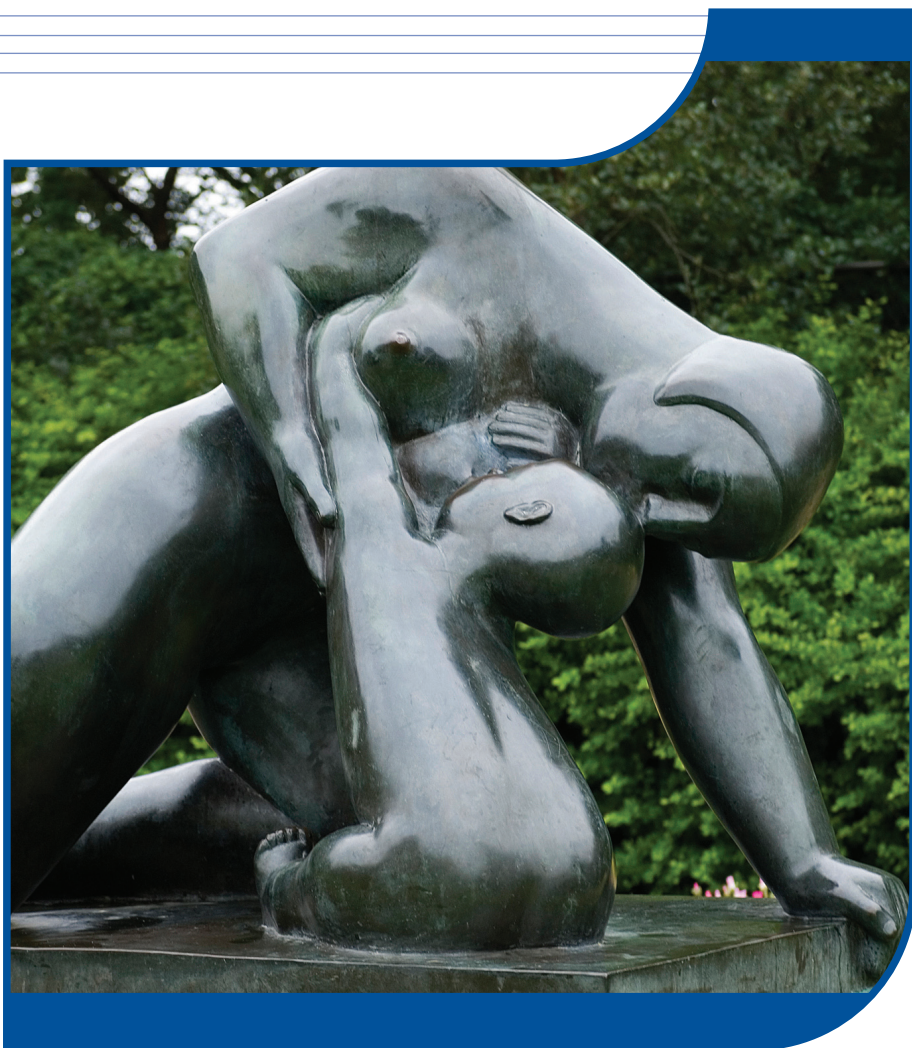


Keisaraskurður



Upplýsingar um fæðingu með keisaraskurði og bataferli eftir valkeisaraskurð

Þessi bæklingur er ætlaður konum sem fara í valkeisaraskurð, en þá hefur verið ákveðið fyrirfram, að fæðingin verði með keisaraskurði. Til að barnið hafi náð sem mestum þroska er reynt að hafa keisaraskurðinn eins nálægt áætluðum fæðingardegi og hægt er.

Nú til dags eru flestir keisaraskurðir gerðir í deyfingu. Það er hagstæðara fyrir þig og barnið og gerir þér kleift að taka meiri þátt í því sem á sér stað. Við sérstakar aðstæður getur þó þurft að grípa til svæfingar.

Til þess að flýta fyrir bata og heimferð eftir keisaraskurð er nauðsynlegt að þú takir þátt í fræðslu á deildinni og fylgir eftirfarandi leiðbeiningum. Gera má ráð fyrir því að flestar konur geti farið heim innan 48 stunda og fái heimaþjónustu ljósmæðra fyrstu dagana. Þetta gildir þó ekki um konur í áhættuhópum, svo sem þær sem eru með sykursýki af tegund 1 eða meðgöngueitrun. Einnig má gera ráð fyrir lengri dvöl hjá konum sem ekki skilja íslensku og þeim sem eignast fleiri en eitt barn.

Þinn keisaraskurður verður _____ daginn ____/____

Ef þú hefur grun um að fæðingin sé að fara af stað fyrir settan aðgerðardag, ef þú færð hriðir eða missir legvatn, skaltu hafa samband við fæðingadeild Landspítala í síma 543-3049.

Ef keisaraskurður hefur verið ákveðinn vegna þess að barnið þitt er í þverlegu eða sitjandi stöðu, skaltu gera ráð fyrir því að barnið geti snúið sér til höfuðstöðu hvenær sem er. Í þeim tilvikum má gera ráð fyrir að aðgerðinni verði aflýst og að þú fæðir á eðlilegan máta.

Fræðsla og undirbúningur fyrir aðgerðina verður á sængurkvennadeild 22A

Þriðjudaginn ____/____ kl.13:00 – ca.14:30

Innskriftarfræðsla er í höndum ljósmæðra á sængurkvennadeild. Þar færð þú leiðbeiningar varðandi undirbúning fyrir aðgerð, ásamt fræðslu og upplýsingum um deildina, aðgerðina sjálfa og dagana eftir fæðingu barnsins þíns.

Þú færð viðtal við svæfingalækni sem metur og skráir upplýsingar um heilsufar þitt. Hann útskýrir hvernig deyfing í aðgerðinni fer fram.

Gott er að maki þinn eða annar aðstandandi mæti með þér í fræðsluna.

Undirbúningur

Síðasta virka dag fyrir keisaraskurð þarft þú að mæta á Göngudeild Landspítala, þar sem teknar eru blóðprufur til að mæla blóðgildi. Einnig er send blóðprufa í Blóðbankann, ef þú skyldir þurfa á blóðgjöf að halda.

Mataræði

Við leggjum mikla áherslu á að þú borðir hollan og prótínríkan mat bæði fyrir og eftir aðgerðina. Með því getur þú haft afgerandi jákvæð áhrif á það hvernig sárin gróa og stuðlað að skjótari bata. Við mælum með fisk- eða kjötmáltíð daglega í vikunni fyrir aðgerð.

Reykingar

Þekkt er að reykingar hafa veruleg og neikvæð áhrif á bata og það hvernig sár gróa. Reykingar hafa slæm áhrif á æðakerfið og geta þannig stuðlað að skertu blóðflæði um fylgjuna til barnsins. Lungna-starfsemi skerðist yfirleitt hjá reykingafólki en getur komist í eðlilegt horf aftur ef reykingum er hætt. Eindregið er mælt gegn reykingum á meðgöngunni en ekki síður eftir aðgerð. Ráðgjöf í reykbíndindi er í síma: 800-6030 eða á www.lydheilsustod.is eða www.reyklaus.is

Hreinlæti

Kvöldið fyrir aðgerðina er mælt með því að þú farir í sturtu og aftur áður en þú kemur á spítalann, að morgni aðgerðardags. Mikilvægt er að hreinsa naflasvæðið vel. Þú skalt taka af þér alla skartgrip og naglalakk og sleppa notkun snyrtivara. Aðgerðarsvæðið er rakað á skurðstofu, skömmu áður en aðgerðin hefst.

Fasta

Nóttina fyrir aðgerð verður þú að fasta á mat, drykk og tóbak frá miðnætti (eða a.m.k. í 6 tíma fyrir aðgerð). Þó er leyfilegt að drekka vatn og tæra safu allt að tveimur tímum fyrir aðgerðina.

Aðgerðardagur

Mæting

Mæting er á sængurkvennadeild 22A að morgni aðgerðardags. Nánari upplýsingar um tímann verða gefnar í innskriftarfræðslu.

Hafa ber í huga að aðstæður á skurðstofu geta breyst með litlum fyrirvara vegna bráðatilvika og þín aðgerð tafist vegna þess.

Þegar þú kemur á deildina færðu sjúkrahúsföt og háttar þig ofan í rúm. Mældur er blóðþrýstingur, pulsi og hiti hjá þér og hlustað eftir hjartslætti barnsins.

Skurðstofa

Ljós móðir frá deildinni fylgir þér á skurðstofuna. Hún er hjá þér á meðan aðgerðin er undirbúin og fylgist með barninu frá fæðingu þess.

Í flestum tilvikum er keisaraskurður gerður í mænudeygingu. Deyfingin er framkvæmd á skurðstofu með lítilli stungu í bakið og þú missir sársaukaskyn frá nafla og niður í tær. Þvagleggur verður settur upp hjá þér eftir að deyfingin fer að verka, þannig að þú finnur sem minnst fyrir því. Þessi undirbúningur aðgerðar tekur að öllu jöfnu 30–50 mínútur.

Eftir að undirbúningi lýkur, getur maki þinn eða aðstandandi komið á skurðstofuna og verið hjá þér í aðgerðinni. Í undantekningartilfellum er keisaraskurður gerður í svæfingu. Þá getur maki eða aðstandandi ekki verið viðstaddur en hittir þig fljótlega eftir að þú vaknar.

Barnalæknir er viðstaddur keisarafæðingu og metur ástand barnsins. Ef allt gengur vel fáid þið barnið ykkar fljótlega eftir skoðunina, en hafa ber í huga að sum börn geta þurft eftirlit á vökudeild í einhvern tíma.

Vöknun

Að aðgerð lokinni verður þú flutt á vöknun, deild þar sem þú og barnið þitt verðið í eftirliti í u.þ.b. tvo tíma, eða á meðan deyfingin er að fara úr. Maki eða aðstandandi getur verið hjá þér á meðan og sama gildir um barnið, að því gefnu að allt sé eðlilegt og að ástand þess leyfi. Ljós móðir kemur reglulega og metur líðan þína og barnsins og aðstoðar þig við að leggja barnið á brjóst.

Athugið að ljósmyndataka eða myndbandsupptökur eru ekki leyfðar á skurðstofu Landspítala en myndatökur eru leyfðar þegar komið er á vöknun.

Sængurlega á deild 22A

Þú verður flutt á sængurkvennadeild um leið og ástand þitt leyfir og dvelur þar þangað til þú ferð heim. Maki eða aðstandandi getur verið hjá þér eins og þið villjið yfir daginn og í undantekningartilvikum yfir nótt ef pláss leyfir.

Verkjalyf færðu reglulega fyrstu dagana eftir aðgerðina. Vissulega má þó reikna með einhverjum sviða og verkjum frá skurðinum, sem dvína eftir því sem frá líður. Mikilvægt er að láta vita ef þú ert með mikla verki, því að við leggjum áherslu á góða verkjastillingu svo að þú getir hreyft þig sem mest og sinnt barninu.

Gott er að vera búin að útvega sér verkjalyf til að eiga eftir að heim er komið. Mælt er með því að taka verkjastillandi lyf reglulega í 2–3 daga eftir heimferð.

Hreyfing – Mælt er til þess að þú farir fram úr rúminu fljótlega eftir að þú kemur á sængurkvennadeildina og helst nokkrum sinnum það sem eftir lifir dags. Þetta er að sjálfsögðu gert með aðstoð og í samráði við starfsfólk deildarinnar til að byrja með. Þú skalt reyna að borða í borðstofunni strax fyrsta kvöldið m.a. til að ná æskilegri fótaferð. Hreyfing örvar starfsemi meltingarfæranna og minnkar ógleði. Einnig dregur hreyfing úr líkum á blóðtappa en blóðþynnandi lyf eru auk þess gefin í þeim tilgangi.

Aðgerðardaginn er miðað við að þú sért á fótum eða sitjir upprétt í allt að tvær klukkustundir. Á öðrum degi eftir aðgerð er stefnt að u.þ.b. átta klst. fótaferð yfir daginn. Þú skalt halda áfram að fara fram úr og ganga um deildina eftir því sem þú treystir þér til.

Vökvagjöf í æð verður hætt um leið og heilsa þín leyfir og þú ert fær um að drekka sjálf, 2–3 klst. eftir aðgerð. Æskilegt er að drekka ríkulega bæði til að bæta upp hugsanlegt vökvatap og vegna brjóstagjafar.

Fæði – Þú færð að borða hefðbundið fæði strax á fyrsta degi. Mælt er með að þú borðir frammi í borðstofunni, það er talið stuðla að betri matarlyst og minni ógleði.

Þvagleggur er settur upp hjá þér fyrir aðgerð svo þvagblaðran sé tóm í aðgerðinni. Hann er svo fjarlægður, eigi síðar en 24 klst. eftir aðgerðina. Eftir það er fylgst vel með því hvernig þér gengur að tæma þvagblöðruna.

Skurðsár – Umbúðir verða teknar af skurðsári u.þ.b. sólarhring eftir aðgerðina. Ef skurðurinn lítur vel út og allt virðist eðlilegt máttu fara í sturtu eftir það. Best er að hafa skurðinn án umbúða hér eftir. Húðhefti/saumar verða teknir á móttökudeild á fimmta degi frá aðgerð. Tími fyrir heftatöku er pantaður við heimferð.

Brjóstagjöf – Ljósmeður munu aðstoða þig við brjóstagjöf og umönnun barnsins eftir aðstæðum og þörfum hverju sinni. Mikilvægt er að þú leggir barnið alltaf á brjóst þegar það sýnir vilja til þess og vertu dugleg að leita eftir aðstoð. Handtök við brjóstagjöf og rétt grip hjá barninu eru atriði sem eru ekki endilega meðfædd og starfsfólkið er boðið og búið að leiðbeina þér frá upphafi leiks. Tekið er tillit til kvenna sem, af einhverjum ástæðum, kjósa að hafa barn sitt ekki á brjósti.

Heimsóknatími – Gott er að láta berast til ættingja og vina að heimsóknatími á sængurkvennadeild er kl. 17–19 alla daga vikunnar. Af tillitssemi við sængurkonur, og þar sem áhersla er lögð á hvíld og samveru fjölskyldunnar, förum við þess á leit við fólk að heimsóknatími sé virtur.

Útskrift og heimaþjónusta

Gerðu ráð fyrir að dvelja á deildinni í tvær nætur og fara heim að morgni þriðja dags.

Ef þú ert dugleg að hreyfa þig, brjóstagjöf gengur vel og þvaglát eru eðlileg getur þú hugsanlega farið heim daginn eftir aðgerð. Heimaþjónusta ljósmeðra miðast við að þú farir heim innan 48 klst. frá fæðingu og þú skalt gera ráð fyrir því að svo verði.

Ef vandamál koma upp, og ef þurfa þykir vegna ástands þíns, barnsins eða vandamála við brjóstagjöf, gætuð þið þurft að dvelja á deildinni í nokkra daga, en það verður metið hverju sinni.

Heimferð _____ **daginn** ____/____

Áður en þú ferð heim færðu nafn og símanúmer ljósmóður sem sinnir þér í heimaþjónustu og mun hún fylgjast með þér og barninu þínu næstu daga.

Nánari upplýsingar um heimaþjónustu og fleira sem máli skiptir þegar heim er komið færðu við brottför frá deildinni. Vertu dugleg að spyrja starfsfólkið ef einhverjar spurningar vakna, meðan þú dvelur á spítalanum.

Gangi ykkur vel!

Við leggjum mikið upp úr því að sjúklingar og aðstandendur þeirra finni til öryggis á deildinni og að þeim liði eins vel og unnt er á meðan þeir dvelja hjá okkur.

Vinsamlegast bendið okkur á ef eitthvað mætti betur fara. Ef spurningar vakna við lestur þessa bæklinga erum við ávallt reiðubúin að svara þeim.

Vinsamlegast athugið að sjúkrahúsið getur ekki borið ábyrgð á peningum eða öðrum verðmætum svo sem sínum, tölvum o.fl. sem sjúklingar eða aðstandendur hafa meðferðis.

Athygli skal vakin á því að starfsfólk og nemendur sjúkrahússins eru bundin þagnarskyldu og mega því ekki ræða við þig eða aðra um málefni sjúklinga á deildinni.

Við viljum vinsamlegast biðja þig og aðstandendur þína að ræða ekki það sem þið kunnið að verða vitni að eða heyra um aðra sjúklinga á deildinni.

Landspítalinn er kennsluspítali og nemendur í heilbrigðisfræðum og tengdum greinum stunda hluta af námi sínu á spítalanum. Nemendur fylgjast með og taka þátt í daglegri meðferð sjúklinga og eru alltaf á ábyrgð og undir handleiðslu leiðbeinenda sinna.

ÚTGEFANDI: LANDSPÍTALI, KVENNASVIÐ
OKTÓBER 2008

HÖFUNDAR:
GUÐRÚN HALLDÓRSDÓTTIR LJÓSMÓÐIR
ÞORBJÖRG EDDA BJÖRNSDÓTTIR HJÚKRUNARFRÆÐINGUR
JÓHANNA GUNNARSDÓTTIR LÆKNIR

ÁBYRGÐARMENN:
GUÐFINNA SIF SVEINBJÖRNSDÓTTIR DEILDARSTJÓRI
HILDUR HARÐARDÓTTIR SVIÐSSTJÓRI

HÖNNUN:
KYNNINGARMÁL LSH/ÁJC

LJÓSMYND:
ÞÓRDÍS ERLA ÁGÚSTSDÓTTIR