

Eitlahreinsun úr hálsi

Eitlar eða eitlasvæði eru hreinsuð öðrum megin úr hálsi og stundum aðliggjandi vöðvi, æð og taug. Aðgerðin er gerð í svæfingu.

Blóðþynningarlyf

Ef breyta eða stöðva þarf meðferð með blóðþynnandi lyfjum fyrir aðgerð er það gert í samráði við skurðlækni.

Náttúru- og fæðubótarefni

Ráðlagt er að hætta notkun allra náttúru- og fæðubótarefna tveimur vikum fyrir aðgerð þar með talið lýsis og Omega 3, 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

Gott næringarástand flýtir fyrir bata og getur minnkað líkur á fylgikvillum aðgerðar. Gott er því að borða næringarríkan mat, taka inn vítamín og drekka orkuríka næringardrykki dagana fyrir aðgerðina.

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 fengið aðstoð hjúkrunarfræðings og eftirfylgni í 12 mánuði eftir aðgerð hjá „Ráðgjöf í reykbíndindi“. Starfsmaður spítalans hefur þá samband við ráðgjafarþjónustuna en eins má hringja í gjaldfrjálsa símanúmerið 800 6030. Einnig er bent á www.reyklaus.is.

Undirbúningur fyrir aðgerð

Innskrift

Þegar aðgerðardagur nálgast er sjúklingur boðaður í innskrift á innskriftarmiðstöð á göngudeild skurðlækninga B3 á Landspítala í Fossvogi. Hafa þarf með öll lyf sem tekin eru daglega eða lyfjakort. Þar fer fram viðtal við hjúkrunarfræðing og lækni háls-, nef- og eyrnadeildar. Spurt verður um heilsufar, gerð læknisskoðun og fræðsla veitt um undirbúning fyrir aðgerðina. Gera þarf ráð fyrir að innskriftin taki 3–4 klukkustundir og fyrir hana þarf að greiða. Í vissum tilfellum þarf að hitta svæfingalækni nokkrum dögum eftir innskriftina.

Rannsóknir

Tekið er blóðsýni og gerðar aðrar rannsóknir ef þörf er á.

Lyf og ofnæmi

Mikilvægt er að láta vita um ofnæmi fyrir lyfjum eða öðru.

Kvöldið fyrir aðgerð

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 svefnis kvöldið fyrir aðgerð.
- Ekki má borða mat síðustu 6 klst. fyrir komu á spítalann.
- Óhætt er að drekka tæra drykki (1–2 glös í senn) þar til 2 klst. eru í komu á spítalann. Tær drykkur er t.d. 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 2 klst. fyrir aðgerð.

Annar undirbúningur

Við innlögn á deild er gott að hafa með sér snyrtivörur, tannbursta, inniskó, þægileg föt og afþreyingarefni. Notaðu má farsíma en stilla þarf á hljóðlausu hringingu.

Aðgerðardagur

Sturta

Nauðsynlegt er að fara í sturtu áður en komið er á spítalann. Klæðast þarf hreinum fötum og ekki má nota svitalyktareyði, krem, fördunarvörur, naglalakk, ilmefni eða skartgripni eftir sturtuna.

Mæting er á dagdeild A5 á 5. hæð Landspítala í Fossvogi á umsömdum tíma að morgni aðgerðardags.

Óvæntar aðstæður geta valdið því að aðgerðartími breytist. Aðgerðin er gerð í svæfingu og tekur 1,5-3 klukkustundir. 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. Skurðlæknir hefur samband við aðstandanda að aðgerð lokinni ef þess er óskað.

Eftir aðgerð

Eftir aðgerð fer sjúklingur á vöknunardeild í nokkrar klukkustundir og þaðan á legudeild. Heimsóknir eru ekki leyfðar á vöknunardeild, en nánustu aðstandendum er velkomið að hringja. Gott er að hafa einn aðila úr fjölskyldunni sem tengilið við spítalann.

Verkir

Eðlilegt er að finna fyrir verkjum á skurðsvæði. Einnig getur borið á verkjum og stíðleika í hálsi og herðum vegna legustellingar í aðgerð. Verkjalyf eru gefin reglulega og eftir þörfum. Sjúklingur metur styrk verkja á verkjakvarða þar sem 0 þýðir enginn verkur og 10 gríðarlegir verkir eða verstu hugsanlegu verkir. Ef verkur er til staðar þrátt fyrir verkjalyf er mikilvægt að láta vita. Markmiðið er að geta hreyft sig með góðu móti án teljandi verkja.

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

Matur og drykkur

Byrja má að borða fljótlega eftir aðgerðina en maturinn þarf að vera mjúkur fyrsta sólarhringinn. Eftir það má borða eins og áður. Mikilvægt er að láta vita ef vart verður við kyngingarörðugleika. Ef vöðvar eða taug hafa verið fjarlægð í aðgerðinni er metið hvort þörf er á næringarráðgjöf fyrir útskrift.

Þvaglát

Eftir aðgerðina getur borið á þvagtrengdu og því er mikilvægt að reyna að pissa fljótlega eftir komu á deild. Ef ekki gengur að pissa eða lítið kemur af þvagi þarf að láta vita.

Skurðsár

Skurðsár er utan á hálsi og er lokað með saumum sem þarf að fjarlægja. Ef vart verður við aukna bólgu, fyrirferð á hálsi eða erfiðleika við öndun er mikilvægt að láta vita. Höfðalag þarf að vera hækkað í 45 gráður fyrsta sólarhringinn eða lengur til að draga úr bólgu á skurðsvæði.

Drenslanga

Stundum er sett drenslanga í skurðsár til að hleypa út vökva en hún er fjarlægð fyrir útskrift.

Hreyfing

Hreyfing er mikilvæg eftir aðgerð til að flýta fyrir bata og minnka hættu á myndun blóðtappa. Fara má fram úr rúmi samdægurs en eftir svæfingu er alltaf ráðlagt að fyrsta fótaferð sé í fylgd starfsmanns vegna hættu á svima. Ef ber á stirðleika eða verkjum í hálsi eða herðum er hægt að fá leiðbeiningar um æfingar frá sjúkrahjálfa.

Fylgikvillar

Ef fylgikvillar koma fram eftir aðgerðina, getur það lengt sjúkrahúsdvölinu. Helstu fylgikvillar eru blæðing eða sýking á skurðsvæði. Í einstaka tilfellum getur orðið áverki á taug.

Útskrift

Útskrift er áætluð daginn eftir aðgerð.

Fyrir útskrift þarf að vera búið að fá:

- Útskriftarfræðslu
- Lyfseðil í Lyfjagátt fyrir verkjalyfjum ef þörf er á
- Endurkomutíma hjá lækni

Útskriftarfræðsla

Verkir

Búast má við að finna fyrir verkjum í skurðsvæði og hálsi og herðum en smátt og smátt dregur úr þeim og ættu þeir að jafna sig á 1-2 vikum. Sjá fylgiblað um verkjalyfjameðferð eftir skurðaðgerð. Lyfseðill er sendur rafrænt í apótek.

Skurðsár

Skurðsárinu er lokað með saumum sem fjarlægðir eru í endurkomutíma. Yfir saumunum eru litlir límplástrar sem gott er að hafa í nokkra daga. Fylgjast þarf með útliti skurðsárs með tilliti til roða, bólgu og vessa. Óhætt er að fara í sturtu sólarhring eftir aðgerð en forðast þarf að láta vatn renna beint á sárið. Eftir sturtuna þarf að þerra skurðsár varlega með hreinu handklæði. Ekki er ráðlegt að fara í baðkar eða sund í tvær vikur eftir aðgerð meðan sárið er að gróa. Forðast ber alla óþarfa snertingu við sárið. Skurðsár er viðkvæmt fyrir sterku sólarljósi í allt að ár eftir aðgerð.

Mataræði

Ekki þarf að gera breytingar á mataræði eftir aðgerðina.

Þvaglát

Ekki ættu að verða breytingar á þvaglátum við aðgerðina.

Hreyfing

Forðast þarf áreynslu og að bera axlartösku eða bakpoka til að minnka hættu á togi á skurðsvæðið. Ekki má lyfta þungu í tvær vikur eftir aðgerð eða samkvæmt fyrirmælum læknis. Ekki má stunda líkamsrækt í að minnsta kosti þrjár vikur en gönguferðir geta verið góður kostur. Ráðlagt er að gera liðkandi æfingar fyrir axlir og háls til að viðhalda hreyfifærni og minnka verki.

Svefn

Búast má við þreytu og úthaldsleysi fyrstu mánuðina eftir aðgerð. Gott er að ná a.m.k. 6–8 klukkustunda nætursvefni og hvíla sig yfir daginn ef þörf krefur. Góð næring, hreyfing, slökun og verkjameðferð getur dregið úr þreytu.

Vinna

Vinnu má hefja í samráði við lækni, háð eðli starfs og liðan. Hægt er að fá veikindavottorð í endurkomutíma.

Hafa þarf samband við göngudeild skurðlækninga eða legudeild ef eftirfarandi hættumerki koma fram fyrstu tvær vikurnar eftir aðgerð:

- Líkamshiti er hærra en 38,5°C
- Verkir á skurðsvæði minnka ekki við verkjalyf
- Bjúgur í hálsi eða öndunarörðugleikar
- Stöðug ógleði eða uppköst

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

Símanúmer

Göngudeild skurðlækninga B3, opin virka daga kl. 08:00-16:00	543 2060
Dagdeild A5, opin virka daga kl. 07:00 til 22:00	543 7570
HNE, lýta- og æðaskurðeild A4	543 7354

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja ef spurningar vakna.