

Nýrnasteinataka gegnum húð

Steinar í nýrnaskjóðu eru fjarlægðir eða brotnir niður með speglunartæki í gegnum lítið op á húð sem nær inn í nýra. Í lok aðgerðar er settur JJ-stoðleggur frá nýra niður í þvagblöðru til að auðvelda þvagrennsli meðan bólgja sem aðgerðin veldur gengur yfir.

Náttúru- og fæðubótarefni

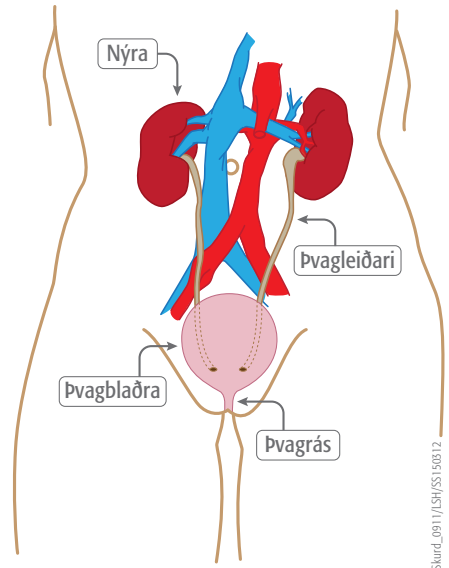
Ráðlagt er að hætta notkun allra náttúru- og fæðubótarefna tveimur vikum fyrir aðgerð þar sem þau geta aukið hættu á blæðingu í aðgerð og haft áhrif á verkun lyfja sem notuð eru við svæfingu. Óhætt er að taka áfram inn fjölvítamín og steinefni.

Blóðþynningarlyf

Ef breyta eða stöðva þarf blóðþynningarmeðferð fyrir aðgerð er það gert í samráði við lækni.

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 spurninga. Ef eitthvað er óljóst eða nánari rannsóknna er þörf, er boðað í innskriftarviðtal á spítalanum fyrir aðgerðina.

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 svæfingu. Ef vandamál hafa komið upp í tengslum við fyrri svæfingar, til dæmis miklir verkir, ógleði, uppköst eða annað 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 náttúruylfja og fæðubótarefna

Rannsóknir á göngudeild 10E

Taka þarf blóðsýni fyrir aðgerðina og er það gert á göngudeild 10E á Landspítala Hringbraut. Einnig þarf að skila inn þvagsýni (morgunþvag) í sýnaglassi sem fæst í apótekum. Þeir sem búa utan höfuðborgarsvæðisins geta skilað þvagsýni og farið í blóðsýnatöku á heilsugæslustöð.

Kvöldið fyrir aðgerð

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 fólk líður betur eftir aðgerð ef eftirfarandi leiðbeiningum er fylgt:

- Fá sér aukabita eða drykk áður en lagst er til svefnsvæfis 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, slopp eða þægileg föt og afþreyingarefni. Nota 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 eftir sturtuna og ekki má nota svitalyktareyði, krem, andlitsfarða, ilmefni, naglalakk eða skartgrip.

Mæting er á dagdeild 13D á 3. hæð Landspítala við Hringbraut, að morgni aðgerðardags. 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 búinn 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.

Þegar komið er á skurðstofu fer fram frekari undirbúningur fyrir aðgerðina. Aðgerðin er gerð í svæfingu og tekur 2–4 klukkustundir og hefur þvagfæraskurðlæknir samband við aðstandanda að henni lokinni ef þess er óskað.

Eftir aðgerð

Eftir aðgerð tekur við dvöl á vöknunardeild þar sem fylgst er náið með líðan sjúklings í nokkra klukkustundir þar til hann fer á legudeild 13EG. Ef verkir eða ógleði koma fram er mikilvægt að láta vita svo hægt sé að bregðast við því. Eðlilegt er að finna fyrir þreytu fyrst um sinn. Eftir svæfingu getur orðið vart við hálsþægindi sem hverfa að jafnaði á 1-2 dögum.

Heimsóknir eru ekki leyfðar á vöknunardeild, en nánustu aðstandendum er velkomið að hringja.

Verkir

Verkjalyf eru gefin eftir þörfum. Sjúklingur metur styrk verkja á verkjakvarða þar sem 0 þýðir enginn verkur og 10 óbærilegur. Ef verkur er til staðar þrátt fyrir verkjalyf á að láta hjúkrunarfræðing vita. Markmiðið er að vera vel verkjastilltur, 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 til að fylgjast með þvagútskilnaði fyrst eftir aðgerð. Hann er yfirleitt fjarlægður daginn eftir aðgerð. Þá getur komið fram tregða við þvaglát og því er mikilvægt að láta vita ef ekki gengur að pissa eða lítið kemur af þvagi.

JJ-stoðleggur

Stoðleggurinn getur valdið ertingu sem lýsir sér oft með tíðum þvaglátum og krömpum í þvagblöðru sem væg verkjalyf geta slegið á. Stoðleggurinn er fjarlægður eftir 5-7 daga. Þvag getur verið blóðlitað meðan stoðleggur er til staðar.

Matur og drykkur

Gefinn er vökví í æð fyrst eftir aðgerð. Yfirleitt má fá léttu máltíð að kvöldi aðgerðardags. Mikilvægt er að drekka vel fyrstu dagana eftir aðgerð til að auðvelda steinsalla, sem verður eftir í nýranu, að skolast niður.

Hreyfing

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. Sumir finna fyrir svima þegar farið er í fram úr rúmi eftir aðgerð, því er mikilvægt að hafa starfsmann hjá sér í fyrsta skipti. Best er að vera sem mest á fótum, ganga eða sitja í stól að minnsta kosti 4–6 sinnum á sólarhring.

Útskrift

Útskrift er áætluð samdægurs á sjúkrahótel eða daginn eftir aðgerð.

Fyrir útskrift þarf að vera búð að fá:

- Útskriftarfræðslu
- Rafrænan lyfseðil fyrir verkjalyfjum í Lyfjagátt
- Endurkomutíma á göngudeild 11A til að fjarlægja stoðlegg
- Endurkomutíma hjá sérfræðilækni á göngudeild 11A

Útskriftarfræðsla

Verkir

Sjá fylgiblað um verkjameðferð eftir skurðaðgerð. Lyfseðill er sendur rafrænt í Lyfjagátt.

Matur og drykkur

Mikilvægt er að borða hollan mat og gæta vel að næringu til að byggja upp líkamann eftir aðgerðina. Mikilvægt er að drekka um 1½–2 lítra af vökva á dag fyrstu dagana eftir aðgerð til að auðvelda steinsalla, sem verður eftir í nýranu, að skolast niður. Gott er að taka inn lýsi eða annan D-vítamínjafa, sérstaklega yfir vetrartímann.

Þvaglát

Ekki ættu að verða breytingar á þvaglátum eftir aðgerðina. Þó má búast við að þvagið sé blóðlitað fyrst eftir aðgerð og borið getur á steinsalla í þvagini.

Skurðsár

Fylgjast þarf með útliti skurðsárs með tilliti til roða, bólgu og vessa. Óhætt er að fara í sturtu en ekki er ráðlegt að fara í baðkar eða sund fyrr en sár er vel gróið (yfirleitt um tvær vikur eftir aðgerð).

Hreyfing

Forðast þarf áreynslu í 2-4 vikur á meðan skurðurinn er að gróa og varast að lyfta eða bera hluti þyngrri en 5 kg, til dæmis innkaupapoka. Mikilvægt er að hreyfa sig daglega og eru gönguferðir góður kostur til að byggja upp þrek.

Kynlíf

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

Svefn og hvíld

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

Vinna

Yfirleitt má byrja að vinna aftur um viku eftir aðgerð en í samráði við lækni. Veikindavottorð eru afgreidd í endurkomutíma hjá lækni.

Hafa þarf samband við 11A (á dagvinnutíma) eða 13EG fyrstu tvær vikurnar eftir aðgerð ef eftirfarandi hættumerki koma fram:

- Líkamshiti verður hærrí en 38°C
- Verkir minnka ekki við verkjalyf
- Blæðir eða vessar úr skurðsári
- Roði eða bólga er í kringum skurðsár
- Særindi við þvaglát, tíð þvaglát eða illa lyktandi þvag

Í neyðartilvikum er leitað á bráðamóttöku.

Símanúmer

| | |
|---|----------|
| Dagdeild 13D, opin virka daga kl. 07:00 til 20:00 | 543 7480 |
| Kviðarhols- og þvagfæraskurðeild 13EG | 543 7500 |
| Göngudeild þvagfæra 11A | 543 7100 |

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja ef spurningar vakna.

Verkjameðferð eftir skurðaðgerð

Verkir

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.

Verkjalýf

Taka á verkjalýf samkvæmt ráðleggingum. Yfirleitt er heppilegast að taka verkjalýf reglulega yfir daginn. Ekki er æskilegt að biða eftir því að verkir verði slæmir áður en lyfin eru tekin. Erfiðara er að ná stjórn á verkjum ef þeir verða slæmir. Ef verkir eru enn til staðar þrátt fyrir að verkjalýf séu tekin reglulega má taka verkjalýf til viðbótar samkvæmt ráðleggingum. Smám saman er dregið úr töku lyfjanna með því að minnka skammta eða taka lyfin sjaldnar. Ráðlagt er að hætta fyrst töku sterkra verkjalýfja (t.d. tramadol, oxycodone). Síðan er dregið úr töku annarra verkjalýfja. Ef þörf er á lyfseðilsskyldum verkjalýfjum er lyfseðill sendur rafrænt í apótek.

| | |
|--|---|
| <p>Verkjalýf tekin reglulega:</p> <p>Lyf: Skammtur: Hversu oft á að taka lyfið?</p> <p>Lyf: Skammtur: Hversu oft á að taka lyfið?</p> | <p>Viðbótar-verkjalýf:</p> <p>Lyf: Skammtur: Hversu oft má taka lyfið?</p> |
|--|---|

Algengar aukaverkanir verkjalýfja

Aukaverkanir eru mismunandi eftir lyfjum. Algengt er að finna fyrir hægðatregðu og ýmiss konar óþægindum í maga. Ekki er víst að allir finni fyrir þessum einkennum.

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

Magaóþægindi

Æskilegt er að taka lyfin með glasi af vatni eða máltíð. Fólk sem hefur fengið magasár eða magabólgur þarf að ráðfæra sig við lækni áður en bólgueyðandi verkjalyf eru notuð.

Slævandi áhrif

Sum verkjalyf skerða aksturshæfni og því má ekki aka bíl á meðan þeirra er þörf.

Önnur verkjameðferð

Aðferðir sem hafa reynst vel eru slökun, að hlusta á tónlist og dreifa athyglinni. Ekki er æskilegt að nota heita eða kalda bakstra á skurðsár meðan það er að gróa, nema í samráði við heilbrigðisstarfsmann.

Hafa þarf samband við deildina ef eftirfarandi einkenna verður vart:

- Verkir eru slæmir þrátt fyrir töku verkjalyfja
- Aukaverkanir koma í veg fyrir að hægt sé að taka lyf
- Ofnæmisviðbrögð koma fram (kláði, útbrot, öndunarerfiðleikar)
- Mikill sljóleiki er til staðar