

Skurðaðgerð vegna brots á efri hluta upphandleggs

Aðgerðin er gerð til að lagfæra brot á efri hluta upphandleggs og er hún gerð í svæfingu. Útskrift er áætluð samdægurs.

Undirbúningur fyrir 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

Gott næringarástand flýtir fyrir bata og getur minnkað líkur á fylgikvillum aðgerðar. Helsta byggingarefni líkamans er prótein sem eru meðal annars í kjöti, fiski og sumum mjólkurvörum. Vítamín og steinefni sem flýta gróanda eru í ávöxtum og grænmeti.

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).

Blóðþynningarlyf

Hætta þarf töku blóðþynningarlyfja fyrir aðgerð samkvæmt ráðleggingum læknis til að minnka hættu á blæðingu í 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 svefns 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.

Fylgd heim

Gera þarf ráð fyrir að fá fylgd heim eftir aðgerð, því ekki má aka bíl fyrr en daginn eftir svæfingu. Eins er ráðlegt að hafa einhvern hjá sér fyrstu nóttina eftir aðgerð til öryggis.

Aðgerðardagur

Æskilegt er að fara í sturtu heima að morgni aðgerðardags. Klæðast þarf hreinum fötum eftir sturtuna og ekki má nota svitalyktareyði, krem, andlitsfarða, ilmefni, naglalakk eða skartgrip.

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

Fyrir aðgerðina þarf að vera búíð 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 er settur æðaleggur í handarbak eða handlegg sem er notaður til að gefa í vökva og lyf. Áður en svæft er þarf að anda að sér súrefni í gegnum grímu.

Eftir aðgerð

Eftir aðgerð fer sjúklingur á vöknunardeild og síðan aftur á dagdeild.

- Ef ber á verkjum eða ógleði er mikilvægt að láta vita svo hægt sé að bregðast við því.
- Fótaferð er leyfð strax við komu á deild.
- 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.
- Eðlilegt er að finna fyrir þreytu og sljóleika fyrst um sinn.
- Hálssærindi geta komið eftir svæfinguna, en þau hverfa yfirleitt á 1-2 dögum.

Fyrir útskrift þarf að vera búíð að fá:

- Útskriftarfræðslu
- Lyfseðil fyrir verkjalyfjum ef þörf er á

Útskriftarfræðsla

Verkir

Eftir aðgerðina má búast við verkjum á skurðsvæði. Mikilvægt er að draga úr verkjum eins og kostur er því þeir seinka bata. Ef verkir eru viðvarandi er æskilegt að taka verkjalyf reglulega yfir daginn samkvæmt leiðbeiningum á fylgiseðli lyfs. Smám saman er síðan dregið úr töku lyfjanna með því að minnka skammta eða taka lyfin sjaldnar. Ef þörf er á lyfseðilsskyldum verkjalyfjum er lyfseðill sendur rafrænt í apótek.

Skurðsár

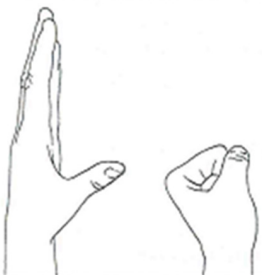
Skurðsári er ýmist lokað með saumum eða málmheftum. Vatnsheldar umbúðir eru yfir skurðsári og þær hafðar fram að sauma- eða heftatöku, eða í um tvær vikur. Ekki þarf að skipta um umbúðir nema þær losni eða blæði undan þeim. Fara má í sturtu með vatnsheldan plástur en ekki má fara í baðkar eða í sund fyrr en sár er gróið og hrúður farið af, um 3-4 vikum eftir aðgerð. Vatnsheldan plástur má kaupa í apótekum.

Hreyfing

Fara þarf varlega fyrstu vikurnar eftir aðgerð og ekki má lyfta þungu. Sjúkraþjálfari eða læknir veitir upplýsingar um hvenær má byrja að hreyfa um öxl.

Gera þarf eftirfarandi æfingar fimm sinnum á dag til að minnka bólgu og bjúg og viðhalda liðleika:

1. Beygja fingur inn í lófa og rétta úr þeim, 5-10 sinnum í hvert skipti, sjá mynd 1.
2. Beygja handlegg um olnboga og rétta úr honum, 5-10 sinnum í hvert skipti, sjá mynd 2.
3. Hafa handlegg við maga, snúa lófa upp og horfa í lófa. Snúa síðan lófa niður og horfa á handarbak, 5-10 sinnum í hvert skipti, sjá mynd 3.



Mynd 1. Beygt og rétt úr fingrum



Mynd 2. Beygt og rétt úr olnboga



Mynd 3. Lófa snúið

Vinna

Mismunandi er hve fljótt er hægt að byrja aftur að vinna en það fer eftir eðli starfs og líðan. Læknar göngudeildar bæklunarskurðlækninga veita leiðbeiningar um hvenær óhætt er að snúa aftur til vinnu.

Eftirmeðferð

- Fyrir útskrift er afhentur endurkomutími hjá lækni.
- Hefti eða saumar eru fjarlægð á göngudeild bæklunarskurðlækninga við endurkomu.

Kostnaður

Greiða þarf fyrir aðgerðina samkvæmt gjaldskrá Landspítala. Reikningur er sendur í heimabanka eftir útskrift.

Ef eftirfarandi hættumerki koma fram þarf að hafa sambandi við göngudeild bæklunarskurðlækninga G3. Utan dagvinnutíma er leitað á bráðamóttöku.

- Líkamshiti er hærri en 38,5°C
- Aukinn verkur er á skurðsvæði þrátt fyrir töku verkjalyfja
- Roði, hiti og aukin bólga er á skurðsvæði sem getur bent til sýkingar

Símanúmer

Göngudeild bæklunarskurðlækninga, G3, er opin klukkan 08:00-16:00 virka daga 543 2040

Skiptiborð Landspítala er opið allan sólarhringinn 543 1000