



Hryggspening hjá barni

Ýmsar ástæður geta verið fyrir speningu á hrygg. Hjá börnum er skekkja á hrygg helsta ástæðan fyrir hryggspeningu. Í aðgerðinni eru settar festingar úr málm til að styðja við hrygginn. Aðgerðin fer fram í svæfingu. Útskrift er áætluð 5-7 dögum eftir aðgerð.

Undirbúningur fyrir aðgerð

Náttúru- og fæðubótarefni

Ráðlagt er að hætta notkun allra náttúru- og fæðubótarefna tveimur vikum fyrir aðgerð þar með talið lýsi og Omega 3, þar sem þau geta haft blóðþynnandi áhrif. Óhætt er að taka áfram inn fjölvítamín og steinefni.

Undirbúningur heima

- Fjarlægja lausar gólfmottur og snúrur úr gangvegi og hafa þá hluti sem oftast eru notaðir í seilingarhæð.
- Gott er að hafa rennilak í rúmi, stama mottu í sturtubotni og eiga langt skóhorn.

Innskrift

Þegar aðgerðardagur nálgast er barn boðað í innskrift á göngudeild skurðlækninga B3 á 3. hæð Landspítala í Fossvogi. Þetta er ekki innlagnardagur og því er óþarfi að mæta fastandi. Gert er ráð fyrir því að innskriftin taki 3-4 klukkustundir.

Barn þarf að mæta í blóðsýnatöku í fylgd aðstandanda á rannsóknarkjarna E1, 1. hæð, 15-20 mínútum fyrir boðaðan tíma í innskrift.

Eftir blóðsýnatöku á að mæta á göngudeild skurðlækninga B3 á 3. hæð í innskrift. Þar hittir barn hjúkrunarfræðing, lækni á bæklunarskurðeild, lækni á svæfingu og sjúkrahjálfa. Í innskriftinni er spurt um heilsufar barns, fyrri reynslu af svæfingu, gerð læknisskoðun og frætt um svæfinguna, undirbúning fyrir aðgerðina og ferlið eftir hana. Tekin er röntgenmynd af hrygg og stundum hjartalínurit.

Hafa á með þau lyf sem barnið tekur eða lyfjakort. Mikilvægt að láta vita um ofnæmi fyrir lyfjum eða öðru.

Kostnaður

Ekki er greitt fyrir innskrift hjá barni ef tilvísun hefur borist frá heimilislækni.

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 börnum líður betur eftir aðgerð ef eftirfarandi leiðbeiningum fylgt:

- Fá sér aukabita eða drykk áður en lagst er til svefnis kvöldið fyrir aðgerð.
- Ekki má borða mat síðustu 6 klukkustundirnar fyrir komu á spítalann.
- Óhætt er að drekka tæra drykki (1-2 glös í senn) þar til 2 klukkustundir eru í komu á spítalann. Tærir drykkir eru t.d. vatn, eplasafi eða tær ávaxtasafi.
- Þegar á spítalann er komið veitir starfsfólk upplýsingar um hvort og hve lengi megi drekka fram að aðgerð.
- Ef barnið er á föstum lyfjum metur svæfingarlæknir hvort eigi að taka þau að morgni aðgerðardags.

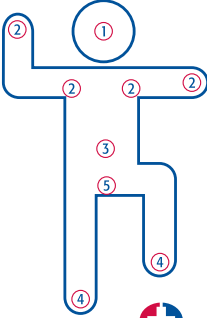
Sturta


Nauðsynlegt er að barnið fari í sturtu heima kvöldið fyrir aðgerð og noti sérstaka sóttþreinsandi sápu sem er afhent við innskrift. Fyrir sturtuna þarf að fjarlægja skartgrip, andlitsfarða og naglalakk. Klæðast þarf hreinum fötum eftir sturtuna. Sjá leiðbeiningar á mynd 1.

Þvottur með klórhexidínsápu (Hibiscrub® 4%)

Notið ekki aðrar sápur eða sjámpó samhliða þvotti með klórhexidínsápu

- Notið eyrnatappa til að koma í veg fyrir að sápa fari í eyrun
- Varist það að sápan fari í augun
- Bleytið hárið og allan líkamann. Skrúfið fyrir vatnið
- Setjið sápu í hárið
- Þvoið líkamann í þessari röð:
 1. Andlit, vel í kringum nefið
 2. Hendur og undir höndum og brjóstum
 3. Búkur og náfl
 4. Fótleggir og fætur, vel á milli tanna
 5. Nári, kynfæri og rassaskora
- Skolið líkamann vandlega og endurtakið síðan þvottinn frá byrjun. Notið nýjan svamp eða hreint þvottastykki ef sápan er í fljótandi formi
- Ekki setja krem, púður eða svitalyktareyði á líkamann eftir baðið og ekki nota úr eða skartgrip
- Farið í hrein fót, hreina sokka og innisko





LANDSPÍTALI

Sýkingavarnadeild LSH 2015 - Sýkv-023

Mynd 1.
Þvottur með klórhexidínsápu

Annar undirbúningur

Við innlögn á deild er gott að hafa með sér snyrtivörur, tannbursta, þægileg föt og afþreyingarefni.

Aðgerðardagur

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

Hafa þarf með lyf sem tekin eru daglega, önnur en töflur svo sem insúlínpena og astmapúst. Ekki má taka inn eigin lyf án samráðs við lækni eða hjúkrunarfræðing.

Þegar komið er á deildina fer barnið aftur í sturtu með sótthreinsandi sápu.

Fyrir aðgerðina þarf að vera búíð að undirrita samþykki fyrir aðgerð og svæfingu. Til að tryggja öryggi er endurtekið spurt um mikilvæg atriði svo sem nafn, kennitölu, ofnæmi, föstu og tegund aðgerðar. Óvæntar aðstæður geta valdið því að aðgerðartími breytist.

Oftast eru gefin kvíðastillandi lyf um 30 mínútum fyrir aðgerðina. Þegar komið er á skurðstofu fer frekari undirbúningur fram. Einungis einn aðstandandi fylgir barninu á skurðstofu.

Aðgerðin tekur 5-7 klukkustundir og fer það eftir eðli og umfangi aðgerðar.

Eftir aðgerð

Eftir aðgerð tekur við dvöl á vöknunardeild, E6 á 6. hæð, þar sem fylgst er náið með líðan barns. Hringt er í aðstandanda stuttu eftir að barn er komið á vöknunardeildina svo hann sé viðstaddur þegar barnið vaknar. Yfirleitt dvelur barnið á vöknunardeild yfir eina nótt og fer daginn eftir aðgerðina á barnadeild á Barnaspítala Hringins. Í völdum tilvikum fer barn á barnadeildina sama dag og aðgerðin er gerð eftir að hafa jafnað sig eftir svæfinguna á vöknunardeild.

Einungis einn aðstandandi fylgir barninu á skurðstofu og vöknunardeild.

Barnið ásamt einum aðstandanda fer með sjúkrabil á barnadeildina. Einnig er gert ráð fyrir að einn aðstandandi dvelji hjá barninu á barnadeild.

Verkir

Búast má við að finna fyrir verkjum eftir aðgerðina. Mikilvægt er að draga úr þeim eins og kostur er því verkir geta seinkað bata og aukið hættu á fylgikvillum. Verkjalyf eru gefin á föstum tímum og í samráði við barn. Barn metur styrk verkja samkvæmt eftirfarandi verkjakvarða þar sem 0 þýðir enginn verkur og 10 gríðarlegir verkir eða verstu hugsanlegu

verkir. Ef styrkur verkja er 4 eða meiri þarf að láta hjúkrunarfræðing vita og eru þá gefin sterkari verkjalyf eftir þörfum. Samhliða verkjalyfjunum má einnig nota kalda og heita bakstra, slökun og tónlist til að dreifa athyglinni. Markmið verkjameðferðarinnar er að geta hreyft sig og hvílst 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	

Skurðsár

Skurðsári er lokað með saumum eða málmheftum og umbúðir settar yfir. Fylgst er með skurðsári og skipt á umbúðum eftir þörfum. Stundum er örlitill hluti af beini tekið frá mjaðmarkambi og það notað til að örva samvöxt á milli beina í hrygg. Í þeim tilvikum er einnig lítið skurðsár á mjaðmarkambi. Barni er óhætt að fara í sturtu með umbúðirnar sem eru vatnsheldar.

Drenslanga

Drenslanga er stundum sett við skurðsár í aðgerðinni til að hleypa út blóði og vökva sem safnast við sárið og er hún yfirleitt höfð í sólarhring.

Þvagútskilnaður og hægðir

Þvagleggur er stundum settur í þvagblöðru í aðgerðinni til að fylgjast með þvagútskilnaði. Þvagleggurinn er yfirleitt fjarlægður morguninn eftir aðgerð. Eftir það þarf að fylgjast með hvernig gengur að pissa vegna hættu á þvagtrengðu.

Fyrstu dagana eftir aðgerð eru gefin mýkjandi hægðalyf vegna þess að minni hreyfing, áhrif verkjalyfja og lítil vökva- og næringarinntaka getur valdið hægðatregðu.

Ef upp koma vandamál með hægðalosun eða þvaglát eftir aðgerð er mikilvægt að láta hjúkrunarfræðing vita sem fyrst til að hægt sé að bregðast við því.

Matur og drykkur

Við komu á legudeild má barn að öllu jöfnu byrja að borða og drekka svo fremi sem garnastarfsemin sé komin í gang eftir aðgerðina. Vökvi er gefinn í æð þar til barn er farið að geta drukkið nægilega.

Öndun

Súrefni er gefið fyrsta sólarhringinn eftir aðgerð og síðan eftir þörfum. Öndunaræfingar eru mikilvægar fyrir starfsemi hjarta og lungna og draga úr líkum á fylgikvillum eins og slímsöfnun í lungu eða lungnabólgu.

Æfingar til að örva öndun og blóðrás eru gerðar fyrstu dagana eftir aðgerðina á 2-3 klukkustunda fresti yfir daginn.

- Barni er leiðbeint um að anda rólega djúpt inn um nefið þannig að kviðurinn lyftist upp og rólega út. Æfingin er endurtekin 10 sinnum og barn hvatt til að hósta í lokin eða ræskja sig vel.
- Barn hreyfir ökkla kröftuglega upp og niður 10 sinnum í senn.

Lega í rúmi

Þegar legið er á bakinu er gott að hafa kodka undir hnjám. Þegar legið er á hlið er gott að hafa kodka á milli hnjáanna. Einnig getur verið þægilegt að hafa kodka í fanginu.

Hreyfing

Hreyfing er mikilvæg eftir aðgerð til að flýta fyrir bata. Hún dregur úr líkum á fylgikvillum eins og lungnabólgu og eykur maga- og þarmahreyfingar sem minnkar hættu á hægðatregðu.

Sjúkráþjálfun byrjar strax að kvöldi aðgerðardags með því að gerðar eru æfingar til að örva öndun og blóðrás og barnið aðstoðað við að setjast á rúmstokk og standa upp ef líðan leyfir. Næstu daga á eftir gengur barnið með léttum stuðningi af hárrí göngugrind, fyrst stuttar vegalengdir en síðan smám saman lengri. Æfingar við að sitja í stól og ganga í tröppum eru nauðsynlegar fyrir útskrift.

Varast ber að snúningur eða sveigjur komi á hrygginn. Ef speningin nær niður á mjaðmagrind má barnið ekki sitja með 90° beygju í mjöðmum, einungis minna en 90° beygju.

Færniþjálfun

Til að hlífa skurðsvæðinu er mikilvægt að beita sér rétt og fylgja eftirfarandi aðferðum við hreyfingu:

Barn veltir sér í rúmi

Þegar barnið veltir sér á hliðina, af baki og til baka, er best að beygja mjaðmir og hné og gæta þess að ekki komi snúningur á bol, þ.e. mjaðmir og axlargrind hreyfist á sama tíma.

Barn fer fram úr rúmi

1. Barn beygir hnén og veltir sér á hliðina án snúnings í baki.
2. Færir fætur út úr rúmi og ýtir sér upp með höndum.
3. Hallar sér fram í mjöðmum og stendur á fætur.

Barn fer upp í rúm

1. Barn sest á rúmið, heldur fótleggjum saman og leggst niður á hlið á sama tíma og fótleggir fara saman upp í rúm.
2. Veltir sér á bakið með bogin hné og án snúnings á baki.

Svefn og hvíld

Svefn og hvíld eru mikilvægir þættir í bata. Eðlilegt er að svefnmynstur breytist, sérstaklega fyrstu dagana eftir aðgerð. Verkir, skert hreyfigeta og umhverfi geta haft áhrif á svefn og mikilvægt er að láta vita ef illa gengur að sofa svo hægt sé að bregðast við því.

Sýklalyf

Sýklalyf eru gefin í æð fyrstu 1-2 sólarhringana eftir aðgerð til að draga úr hættu á sýkingu.

Myndataka af hrygg

Röntgenmynd er tekin af hrygg fyrir útskrift til að skoða legu festinga sem settar voru í hrygg.

Útskrift

Útskrift er áætluð 5-7 dögum eftir aðgerð.

Fyrir útskrift þarf að vera búíð að fá:

- Útskriftarfræðslu
- Útprentað lyfjakort með upplýsingum um lyf, lyfjaskammta og hvenær eigi að taka lyfin
- Lyfseðil fyrir verkjalyfjum í Lyfjagátt
- Endurkomutíma hjá lækni
- Veikindavottorð fyrir skóla eða vinnu

Útskriftarfræðsla

Verkir og verkjalyf

Ráðlagt er að taka ávísuð verkjalyf reglulega yfir daginn en ekki bíða þar til verkirnir eru orðnir slæmir. Auðveldara er að fyrirbyggja verki en að ná stjórn á þeim ef þeir verða mjög miklir.

Smám saman er dregið úr töku lyfjanna. Ef notaðar eru tvær tegundir af verkjalyfjum, er best að byrja á því að minnka töku sterkara lyfsins en halda áfram með fullan skammt af því veikara þar til þeirra er ekki þörf lengur. Einstaklingsbundið er hversu lengi þarf að taka verkjalyf en gert er ráð fyrir því að allri verkjalyfjanotkun sé hætt innan tveggja til þriggja mánaða.

Ekki má aka bíl meðan notuð eru sterk verkjalyf.

Skurðsár

Skurðsári er ýmist lokað með saumum sem eyðast af sjálfu sér, hefðbundnum saumum eða málmheftum og vatnsheldar umbúðir eru settar yfir. Umbúðir eru hafðar á skurðsári fram að sauma- eða heftatöku eða í tvær vikur. Ekki þarf að skipta um umbúðir nema að þær losni eða blæði undan þeim. Sama meðferð á við ef skurðsár er á mjaðmarkambi. Vatnsheldan plástur má kaupa í apótekum.

Barn má fara í sturtu með vatnsheldar umbúðir. Ekki má fara í baðkar eða í sund fyrr en sár er gróið og hrúður farið af, eða um það bil 3-4 vikum eftir aðgerð.

Þvag og hægðir

Ekki ætti að verða breyting á þvaglátum eftir aðgerð. Hægðatregða er algeng aukaverkun sterkra verkjalyfja. Hægt er að vinna gegn því með því að hreyfa sig, drekka nóg og borða trefjaríkt fæði. Einnig má kaupa hægðalyf án lyfseðils í apóteki.

Mataræði

Mikilvægt er að gæta vel að næringu til að stuðla að góðum gróanda. Ef ber á lystarleysi getur verið gott að borða oftar en minna í einu. Einnig er hægt að kaupa sérstaka næringardrykki í apótekum og stórmörkuðum.

Hreyfing

Mikilvægt er að hreyfa sig daglega og eru gönguferðir góður kostur til að byggja upp þrek. Nauðsynlegt er að hafa álagið hæfilegt og að hvílast vel. Fylgja þarf leiðbeiningum sjúkráþjálfara um hreyfingu og halda áfram að gera æfingar sem kenndar voru á deild.

Skóli og tómstundir

Forðast þarf áreynslu svo sem íþróttir og að bera þunga hluti í sex til átta vikur eftir aðgerð. Í samráði við lækni er ákveðið hvenær má byrja fara aftur í skóla, vinnu eða stunda íþróttir.

Eftirlit

Panta þarf tíma á heilsugæslustöð tveimur vikum eftir aðgerð til þess að láta fjarlægja hefti eða sauma sem ekki eyðast.

Endurkomutími er gefinn fyrir útskrift hjá sérfræðilækni og er yfirleitt um sex vikum eftir aðgerð. Læknar eru með móttöku á göngudeild G3 (fyrir ofan slysa- og bráðamóttöku) á Landspítala í Fossvogi.

Hafa á samband við barnadeild 22ED ef eftirfarandi hættumerki koma fram fyrstu tvær vikurnar eftir aðgerð:

- Líkamshiti er hærri en 38,5°C
- Verkir minnka ekki við töku verkjalyfja
- Aukinn roði, þroti og hiti er í kringum skurðsár
- Viðvarandi blæðing eða vessi er úr skurðsári
- Verkur kemur í kálfa og mæði fylgir í kjölfarið

Símanúmer

Barnadeild 22ED, opin virka daga kl. 08:00-16:00	543 3760
Dagdeild A5, opin virka daga kl. 07:00-22:00	543 7570
Endurkomudeild G3	543 2040
Skriptiborð Landspítala, opið allan sólarhringinn	543 1000

Með ósk um góðan bata.
Starfsfólk Barnaspítala Hringins