

Skurðaðgerð á milta

Miltað er fjarlægt í skurðaðgerð vegna áverka eða sjúkdóma í milta. Aðgerðin er gerð með kviðsjá gegnum fimm skurðgöt á kvið eða í opinni aðgerð. Rétt er að gera ráð fyrir að vera frá vinnu í 2–4 vikur, háð starfi og líðan. Miltað hefur hlutverki að gegna í vörn gegn sýkingum og er því meiri hætta á að fá ákveðnar sýkingar eftir aðgerðina. Hjá flestum hefur aðgerðin lítil áhrif á daglegt líf til frambúðar.

Bólusetningar

Bólusetningar eru gefnar að lágmarki tveimur vikum fyrir aðgerð til að minnka hættu á sýkingum til dæmis lungnabólgu og heilahimnubólgu í framtíðinni. Ef um bráðaaðgerð er að ræða er gefin bólusetning áður en sjúklingur útskrifast.

Næring og hreyfing

Gott er að byggja líkamann upp fyrir aðgerðina með því að hreyfa sig daglega, borða næringarríkan mat og taka inn fjölvítamín. Það flýtir fyrir bata og getur minnkað líkur á fylgikvillum aðgerðar.

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 vítamín og steinefni.

Tóbaksnotkun

Reykingar, nef- og munntóbaksnotkun 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 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 hjá: „Ráðgjöf í reykbindindi“. Starfsmaður spítalans hefur þá samband við ráðgjafarþjónustuna en eins má hringja í gjaldfrjálsa símanúmerið 800 6030. Einnig er bent á www.reyklaus.is.

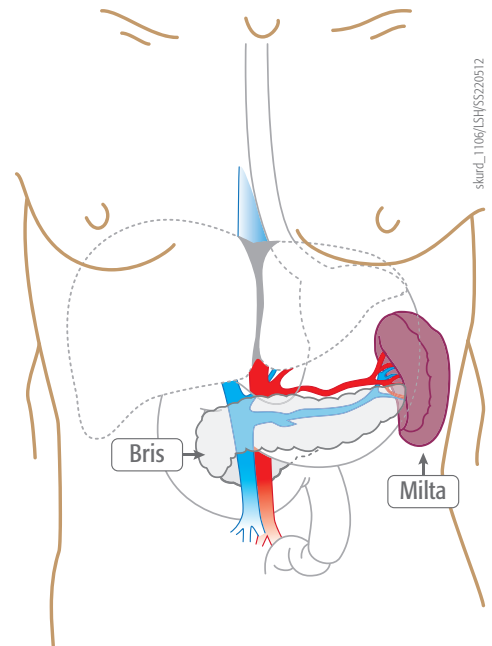
Aðstæður heima

Ef aðstæður heima fyrir eru þannig að þörf er á aðstoð eftir útskrift, er gott að huga að því fyrir eða strax við innlögn. Hjúkrunarfræðingar deildarinnar geta aðstoðað við að fá dvöl á sjúkrahótel, heimilishjál og eða heimahjúkrun ef þörf er á. Einnig er hægt að leita til félagsráðgjafa um það sem snýr að félagslegum réttindum og þjónustu.

Undirbúningur fyrir aðgerð

Innskrift

Innskrift og undirbúningur fyrir aðgerð fer fram á innskriftarmiðstöð 10E í kjallara Landspítala við Hringbraut. Hafa þarf með öll lyf sem tekin eru daglega eða lyfjakort. Á innskriftarmiðstöð fer fram viðtal við hjúkrunarfræðing, lækni kviðarholsskurðeilar og svæfingalækni. Spurt verður um heilsufar, gerð lækni skoðun og fræðsla veitt um undirbúning fyrir aðgerðina. Undirrita þarf samþykki fyrir aðgerð og svæfingu. Gera þarf ráð fyrir að innskriftin taki 3–4 klukkustundir.



Rannsóknir

Blóðsýni eru tekin og þvagprufa, hjartalínurit og/eða lungnamynd ef þörf er á.

Öndunaræfingar

Öndunar- og fótaæfingar eru mikilvægur þáttur í bataferlinu. Sjúkraþjálfari kennir æfingar fyrir og eftir aðgerðina.

Lyf og ofnæmi

Mikilvægt er að láta vita um ofnæmi fyrir lyfjum eða öðru. Svæfingalæknir metur hvaða lyf eigi að taka að morgni aðgerðardags.

Kostnaður

Fyrir þjónustuna á innskriftarmiðstöð þarf að greiða.

Kvöldið fyrir aðgerð

Blóðþynningarlyf

Blóðþynningarlyf er stundum gefið með sprautu undir húð kvöldið fyrir aðgerð til að minnka hættu á blóðsegamyndun. Margir kjósa að gefa sér sprautuna sjálfir og fá þá leiðbeiningar um það.

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 komu á spítalann.

Annar undirbúningur

Við innlögn á deild er gott að hafa með sér snyrtivörur, tannbursta, inniskó, slopp, þægileg föt, afþreyingar-efni og heyrnartól fyrir útvarp og sjónvarp. Notaðu má farsíma en stilla þarf á hljóðlausa hringingu.

Aðgerðardagur

Nauðsynlegt er að fara í sturtu áður en komið er á spítalann. Þrifa þarf naflann með bómullarpinna og karlmenn þurfa að þvo vandlega undir forhúð. Klæðast þarf hreinum fötum eftir sturtuna og ekki má nota svitalyktareyði, krem, andlitsfarða, ilmefni eða skartgrip.

Mæting er á dagdeild 13D á 3. hæð Landspítala við Hringbraut að morgni aðgerðardags og hafa þarf með öll lyf sem tekin eru daglega. Ekki má taka inn eigin lyf nema í samráði við lækni eða hjúkrunarfræðing.

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. Fyrir aðgerðina eru gefin verkjalyf í töfluformi sem verka í og eftir aðgerð. Þegar komið er á skurðstofu fer fram frekari undirbúningur fyrir aðgerðina. Aðgerðin er gerð í svæfingu og getur tekið 1-3 klst. Skurðlæknir hefur samband við aðstandanda að aðgerð lokinni sé þess óskað.

Eftir aðgerð tekur við dvöl á vöknun þar sem fylgst er náið með líðan sjúklings, síðan fer hann á legudeild. Heimsóknir eru ekki leyfðar á vöknun, en nánasta aðstandanda er velkomið að hringja.

Verkir

Verkjalyf eru gefin á föstum tímum og eftir þörfum. Sjúklingur metur styrk verkja samkvæmt verkjakvarða þar sem 0 þýðir enginn verkur og 10 gríðarlegir verkir eða verstu hugsanlegu verkir. Mikilvægt er að láta vita um verki svo hægt sé að bregðast við þeim. Markmiðið er að vera vel verkjastilltur, geta hreyft sig með góðu móti og andað djúpt. Ef aðgerð er gerð með kviðsjá er lofti dælt í kviðarholið en við það getur komið fram erting á þind sem veldur verkjum upp í axlir, en þeir hverfa innan fárra daga. Ef verkir eru í öxlum getur verið gott að hafa hækkað undir höfði.

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

Öndun

Súrefni er gefið eftir þörfum. Öndunaræfingar eru nauðsynlegar til að minnka hættu á lungnabólgu og mikilvægt er að gera þær eftir leiðbeiningum sjúkráþjálfara.

Matur og drykkur

Ef aðgerðin er gerð um kviðsjá má yfirleitt borða og drekka við komu á deild. Ef gerður er kviðarholsskurður má yfirleitt fá fljótandi fæði að kvöldi aðgerðardags.

Skurðsár

Eftir aðgerð um kviðsjá er skurðsárum lokað með saumum sem eyðast og límplástrar yfir sárum. Þegar gerð er opin aðgerð er skurðsári lokað með málmheftum. Fylgst er með skurðsárum og skipt á umbúðum eftir þörfum.

Þvaglát

Eftir svæfingu getur komið fram tregða við þvaglát og því er mikilvægt að reyna að pissa fljótlega eftir að komið er á deild og láta vita ef það gengur illa eða lítið kemur af þvagi. Ef aðgerð er gerð með opnum kviðarholsskurði er settur þvagleggur í aðgerðinni sem er yfirleitt fjarlægður daginn eftir.

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. Hreyfing getur einnig aukið garnahreyfingar. Fótaferð er leyfileg strax, en starfsfólk deildarinnar aðstoðar við og ráðleggur um hreyfingu.

Svefn

Truflun getur orðið á svefni, sérstaklega fyrstu dagana eftir aðgerð. Mikilvægt er að láta vita ef illa gengur að sofa.

Andleg líðan

Búast má við breytingum á andlegri líðan í tengslum við veikindi. Starfsfólk er reiðubúið að ræða við sjúkling og fjölskyldu hans um líðan þeirra. Einnig er hægt að fá viðtal við prest, djákna eða sálfræðing.

Fyrir útskrift þarf að vera búíð að fá:

- Útskriftarfræðslu
- Rafrænan lyfseðil fyrir verkjalyfjum
- Endurkomutíma hjá skurðlækni
- Tíma í heftatöku ef þörf er á

Útskrift

Útskrift er áætluð 1-2 dögum eftir kviðsjáraðgerð en 3-5 dögum eftir opna skurðaðgerð. Ef fylgikvillar svo sem blæðing, sýking eða blóðtappi koma fram eftir aðgerð, getur það lengt sjúkrahúsdvölinu.

Símanúmer

Innskriftarmiðstöð 10E	543 2200
Dagdeild 13D, opin virka daga frá klukkan 7 til 19	543 7480
Kviðarhols- og þvagfæraskurðeild 13EG	543 7500

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 er vakin á því að starfsfólk og nemendur sjúkrahússins eru bundin þagnarskyldu og mega því ekki ræða um málefni sjúklinga á deildinni. Við viljum vinsamlegast biðja þig og aðstandendur þína að ræða ekki það sem þið kunið að verða vitni að eða heyra um aðra sjúklinga. Landspítali 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.

Skurðaðgerð á milta

Verkir

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

Mataræði

Ekki er þörf á að breyta mataræði vegna aðgerðarinnar. Hins vegar er mikilvægt að gæta vel að næringu til að byggja upp líkamann. Ef lystarleysi er til staðar getur verið gott að borða oft en minna í einu. Hægt er að kaupa sérstaka næringardrykki í apótekum og stórmörkuðum. Fjölvítamín og lýsi er góð viðbót við almennt fæði.

Skurðsár

Ef aðgerð var gerð með kviðsjá eru skurðsár saumuð með saumi sem eyðist. Yfir þeim eru litlir plástrar sem má fjarlægja eftir 5-7 daga eða þegar þeir fara að losna frá húðinni. Ef gerð er opin aðgerð er skurði lokað með málmheftum sem eru fjarlægð 10–14 dögum eftir aðgerðina í endurkomutíma eða á heilsugæslustöð. Fylgjast þarf með útliti skurðsára með tilliti til roða, bólgu og vessa. Fara má í sturtu sólarhring eftir aðgerðina en forðast að nudda sárin og alla óþarfa snertingu við þau. Ekki er ráðlagt að fara í bað eða sund fyrr en eftir tvær vikur og sár eru vel gróin. Skurðsár eru viðkvæm fyrir sterku sólarljósi í 12 mánuði eftir aðgerð.

Hreyfing

Forðast þarf áreynslu á kvið fyrstu vikunnar eftir aðgerð og varast að lyfta eða bera þunga hluti (þyngri en um 5 kg) á meðan skurðir eru að gróa. Gott er að hreyfa sig daglega og eru gönguferðir góður kostur.

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 fyrstu vikunnar 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. Ef aðgerð var gerð með opnum kviðarholsskurði getur tekið 4–6 vikur að ná fyrri þrótti.

Vinna

Vinnu má hefja í samráði við lækni. Hægt er að fá veikindavottorð í endurkomutíma.

Upplýsingar og ráðgjöf

Ef spurningar vakna er sjúklingum og aðstandendum velkomið að hringja á göngudeild 10E í síma 825 5030 frá klukkan 8-16.

Hafa þarf samband við deildina fyrstu þrjár vikunnar eftir aðgerð ef eftirfarandi hættumerki koma fram:

- Líkamshiti verður hærra en 38°C
- Verkir minnka ekki við verkjalyf
- Blæðir stöðugt eða vessar úr skurðsári
- Roði eða bólga er í kringum skurðsár

Símanúmer

Göngudeild 10E

825 5030

Kviðarhols- og þvaggfæraskurðdeild 13EG

543 7500

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 bíða 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.

Verkjalýf tekin reglulega: Lyf: Skammtur: Hversu oft á að taka lyfið? Lyf: Skammtur: Hversu oft á að taka lyfið?	Viðbótar-verkjalýf: Lyf: Skammtur: Hversu oft má taka lyfið?
---	--

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 hægðalyf án lyfseðils í apóteki. Aðrar ráðleggingar geta átt við þegar um er að ræða skurðaðgerð á ristli.

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 verkjalýf eru notuð.

Slævandi áhrif: Sum verkjalýf 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.

Hafa þarf samband við deildina ef eftirfarandi einkenna verður vart:

- Ef verkir eru slæmir þrátt fyrir töku verkjalýfja
- Ef aukaverkanir koma í veg fyrir að hægt sé að taka lyf
- Ef ofnæmisviðbrögð koma fram (kláði, útbrot, ndunarerfiðleikar)
- Ef mikill sljóleiki er til staðar