



Skurðaðgerð vegna poka á vélinda

Aðgerðin er gerð vegna poka (Zenker's diverticulum) sem er aftan og ofan við efri vélindahringvöðva sem liggur á mótum koks og vélinda. Pokinn er yfirleitt lagfærður með aðgerð þar sem farið er með speglunartæki um munn en stundum þarf að gera opna skurðaðgerð. Aðgerðin er gerð í svæfingu.

Blóðþynningarlyf

Ef breyta eða stöðva þarf blóðþynningarmedferð 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 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. Ráðlagt er því að borða næringarríkan mat, taka inn vítamín og drekka orkuríka næringardrykki dagana fyrir aðgerðina. Gott er að vera búinn að útvega sér blandara eða töfrasprota til að mauka mat eftir útskrift.

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).

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 geta aðstoðað við að fá dvöl á sjúkrahótel, fá heimilishjálp og/eða heimahjúkrun.

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 frekari rannsókn eða upplýsinga er þörf, er boðað í innskriftarviðtal á spítalanum fyrir aðgerðina.

Gott er að hafa lyfjalista við höndina, því í símtalinu eru veittar upplýsingar um hvaða lyf má taka fyrir aðgerðina. Sum lyf er óæskilegt að taka fyrir svæfingu. Ef vandamál hafa komið upp eftir fyrri svæfingar, til dæmis miklir verkir, ógleði eða uppköst, 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

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 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 fót 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 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 umsómdum 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 fer fram frekari undirbúningur fyrir aðgerðina. Settur er æðaleggur í handarbak eða handlegg og er hann notaður til að gefa vökva og lyf.

Aðgerðin er gerð í svæfingu og tekur 20-60 mínútur. Skurðlæknir hefur samband við aðstandanda að aðgerð lokinni ef þess er óskað. Gott er að hafa einn úr fjölskyldunni sem tengilið við spítalann.

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.

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. 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 vera vel verkjastilltur og geta hreyft sig með góðu móti án teljandi verkja.

0

Engir
verkir

1

2

Vægir
verkir

3

4

Miðlungs
verkir

5

6

7

Miklir
verkir

8

9

Gríðarlegir
verkir

10

Matur og drykkur

Fasta þarf á mat og drykk fyrsta sólarhringinn eftir aðgerð. Á meðan er gefinn vökvi í æð og ef um opna skurðaðgerð er að ræða er auk þess gefin næring um slöngu sem liggur gegnum nef og ofan í maga. Ef ber á ógleði þarf að láta vita sem fyrst svo hægt sé að meðhöndla hana og þannig forðast álag á skurðsvæði sem getur orðið við að kúgast eða kasta upp. Bursta þarf tennur allt að þrisvar á dag meðan fastan varir.

Ef engir brjóstverkir eða hiti er til staðar daginn eftir aðgerð má drekka eitt glas af vatni. Ef það gengur vel þá má fá tært fljótandi fæði í morgunmat og síðan maukað fæði í hádegismat. Ef gengur vel að nærast er útskrift eftir hádegi, þennan sama dag. Ef upp koma vandamál með kyngingu þá gæti þurft að setja magasondu og vera fastandi í viku. Næringarfræðingur veitir ráðleggingar um mataræði fyrir útskrift.

Við máltíðir er fyrst um sinn nauðsynlegt að:

- Hafa hátt undir höfði og herðum (45°) til að minnka hættu á ásvelgingu
- Sitja uppréttur og leggjast ekki út af eftir máltíð í a.m.k. 30–40 mínútur
- Forðast að nota klaka í drykki vegna hættu á krömpum í vélinda.

Þvaglát

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.

Skurðsár

- Ef aðgerðin er gerð með speglunartæki er skurðsárið innvortis.
- Við stærri aðgerðir er skurðsár á hálsi sem lokað er með saumum sem eyðast af sjálfu sér. Í aðgerðinni er sett grönn drenslanga gegnum húð til að hleypa út blóði og vökva frá skurðsvæði sem er fjarlægð fyrir útskrift. Fara má í sturtu daginn eftir aðgerð en forðast þarf að bleyta skurðsvæðið við rakstur og þvott þar til búið er að fjarlægja sauma.

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.

Fylgikvillar

Ef fylgikvillar koma fram eftir aðgerðina, getur það lengt sjúkrahúsdvölinu. Helstu fylgikvillar eru blæðing eða sýking á skurðsvæði, sýking í lungum og ásvelging. Í einstaka tilfellum getur orðið þrenging á vélinda eða lömum á raddböndum.

Útskrift

Útskrift er áætluð daginn eftir aðgerð ef hún er gerð með speglunartæki um munn en um 3-7 dögum eftir aðgerð ef um opna aðgerð er að ræða eða vandamál koma upp með kyngingu.

Fyrir útskrift þarf að vera búið að fá:

- Útskriftarfræðslu
- Viðtal við næringarfræðing
- Upplýsingar um lyf og töku lyfja eftir að heim er komið
- Endurkomutíma hjá skurðlækni

Útskriftarfræðsla

Verkir

Lyfseðill fyrir verkjalyfjum er sendur rafrænt í Lyfjagátt. Búast má við að finna fyrir óþægindum við kyngingu en smátt og smátt dregur úr þeim og ættu þau að jafna sig á 1-2 vikum.

Sýklalyf

Læknir metur hvort þörf sé á sýklalyfjum eftir útskrift.

Skurðsár utan á hálsi

Ef skurðsár er utan á hálsi þarf að fylgjast með útliti þess með tilliti til roða, bólgu og vessa. Forðast ber alla óþarfa snertingu við sárið. Óhætt er að fara í sturtu tveimur dögum eftir aðgerð en ekki má fara í baðkar eða sund fyrr en skurðsár er vel gróið. Skurðsár eru viðkvæm fyrir sterku sólarljósi í allt að 12 mánuði eftir aðgerð. Hægt er að hlífa skurðsári með fatnaði eða nota sólarvörn eða plástur á örið þann tíma.

Mataræði

Til að hlífa skurðsári meðan það er að gróa þarf matur að vera maukaður eða í fljótandi formi í 1-2 vikur eftir aðgerð. Fylgja þarf leiðbeiningum næringarfræðings um mataræði eftir aðgerð.

Við máltíðir er nauðsynlegt fyrstu 2-3 vikurnar að:

- Hafa hátt undir höfði og herðum (45°) til að minnka hættu á ásvelgingu.
- Sitja uppréttur og leggjast ekki út af eftir máltíð í a.m.k. 30–40 mínútur.
- Forðast að nota klaka í drykki vegna hættu á krömpum í vélinda.

Þvaglát

Ekki ættu að verða breytingar á þvaglátum við aðgerðina.

Hreyfing

Forðast þarf áreynslu. Ekki má rembast eða lyfta þungu í eina viku eftir aðgerð eða samkvæmt fyrirælum læknis. Ekki má stunda æfingar eða íþróttir í tíu daga eftir aðgerð.

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 deildina ef eftirfarandi hættumerki koma fram fyrstu tvær vikurnar eftir aðgerð:

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

Ef upp koma vandamál tengd aðgerðinni má einnig hafa samband á göngudeild skurðlækninga klukkan 08:00–16:00.

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

Símanúmer

Innskriftarmiðstöð B3	543 2060
Dagdeild A5, opin virka daga kl. 07:00 til 22:00	543 7570
Göngudeild skurðlækninga B3, opin virka daga kl. 08:00-16:00	543 7390
HNE, lýta- og æðaskurðeild A4	543 7354

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.

Verkjalyf

Taka á verkjalyf samkvæmt ráðleggingum. Yfirleitt er heppilegast að taka verkjalyf 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 verkjalyf séu tekin reglulega má taka verkjalyf 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 verkjalyfja (t.d. tramadol, oxycodone). Síðan er dregið úr töku annarra verkjalyfja. Ef þörf er á lyfseðilsskyldum verkjalyfjum er lyfseðill sendur rafrænt í apótek.

Verkjalyf tekin reglulega: Lyf: Skammtur: Hversu oft á að taka lyfið? Lyf: Skammtur: Hversu oft á að taka lyfið?	Viðbótar-verkjalyf: Lyf: Skammtur: Hversu oft má taka lyfið?
---	--

Algengar aukaverkanir verkjalyfja

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.

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.

Hafa þarf samband við deildina ef eftirfarandi einkenna verður vart:

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