




Generel vejledning

i forbindelse med din operation

 Aleris Hamlet

Dr. Jacqui Ravitt
Employee ID: 24642

Indhold

Intro	3	Operation og opvågning	
Før indlæggelsen		Operation	7
Medicin	3	Opvågning	7
Helbredstilstand før operation	3	Smertebehandling	8
Fasteregler	3	Genoptræning og fysioterapi	8
Transport	3	Efter udskrivelsen	
KRAM: Kost, Rygning, Alkohol og Motion	5	Udskrivelsen	9
Hjemmepleje og hjælpemidler	5	Kontakt til Aleris	9
Telefon og internet	5	Bilkørsel og sygemelding	9
På operationsdagen		Operationssår og hævelser	9
Inden du møder til operation		Medicin efter udskrivelsen	11
Medbring	6	Forventelige gener efter operation	11
Modtagelsen og forberedelse til operation	6	Adresser og telefonnumre	12
Pårørende	7		
Værdigenstande	7		
Bedøvelse	7		

Vigtig information om forløbet omkring din operation

Udover denne generelle folder får du også en folder om den operation, du skal have foretaget. Har du spørgsmål til din behandling, kan du spørge lægen eller sygeplejersken ved ankomst. Du er også altid velkommen til at kontakte hospitalet.

Før indlæggelsen

Hvad kan du selv gøre inden indlæggelsen?

- Lav aftaler med dine pårørende om, hvordan de kan hjælpe efter udskrivelsen
- Sørg for at indkøb er klaret, og at der er mad i fryser og køleskab til de første dage

Medicin

Det er vigtigt, at du til forundersøgelsen har aftalt med speciallægen, om du skal holde pause med noget af din vanlige medicin inden operationen. Du kan læse mere i folderen "Vanlig medicin i forbindelse med din operation".

Helbredstilstand før operation

Hvis du bliver syg med forkølelse, feber eller andet på operationsdagen, kan der være en øget risiko for betændelse efterfølgende. Du skal derfor kontakte os, hvis du ikke er rask, når du skal opereres. Så vurderer vi, om der skal findes en ny tid. Opstår der

ændringer i dit helbred eller ændring af din vanlige medicin før operationen, skal du ALTID kontakte os.

Huden

For at undgå betændelse, er det vigtigt at huden omkring operationsstedet er hel og uden rifter eller sår. Du skal kontakte os, hvis du har sår, da vi kan være nødt til at finde en ny tid.

Graviditet

Bliver du gravid op til operationen, skal du kontakte os. Det kan blive nødvendigt at udsætte operationen, eller tage forbehold under forløbet.

Fasteregler

Du skal møde fastende til operationen, hvis du skal i fuld bedøvelse, rygbedøvelse eller regional bedøvelse (blok). Dette skyldes, at der er en risiko ved at blive bedøvet, hvis du ikke faster. Det er derfor vigtigt, at du følger fastereglerne i boksen på side 4 på operationsdagen, da vi ellers kan blive nødt til at aflyse din operation.

Transport

Du skal selv sørge for at arrangere transport til og fra Aleris.

Efter ambulans operation

Efter en ambulans operation i fuld bedøvelse kan du forvente at være klar til at blive hentet efter ca. 1 - 2 timer.

Ved indlæggelse

Efter operation med overnatning kan du oftest forvente at være klar til at

tage hjem efter morgenmaden, med mindre andet er aftalt.

Bestilling af transport

Receptionen på Aleris hjælper gerne med at bestille Falck eller taxa.

Kørsel

Er du henvist fra det offentlige, kan der være en lokal aftale, som giver mulighed for, at du kan få kørsel. Kontakt dit hjemsygehus eller patientrådgiver, hvis du er i tvivl.

Kørselsgodtgørelse

Receptionen på Aleris kan hjælpe med en ansøgning om kørselsgodtgørelse. Du skal selv sørge for at formidle denne videre til hjemsygehuset eller hjemregionen.

Kost, Rygning, Alkohol og Motion

En god almen sundhedstilstand er vigtig for et vellykket resultat. Derfor har vores sundhedspersonale fokus på at tale med dig om din livsstil og dens betydning for dig. Ved forundersøgelsen spørger speciallægen derfor til dine livsstilsvaner og vejleder dig, hvis der er behov.

Fasteregler

Du må gerne spise indtil 6 timer, før du skal møde. Herefter må du ikke spise.

Indtil 2 timer før dit mødetidspunkt til operation må du:

- Drikke vand, saft, juice uden frugtkød, te/kaffe uden mælk
- Vi anbefaler at du drikker 1 glas sød saft eller juice uden frugtkød 2 timer før mødetidspunktet, da det kan reducere ubehag
- Undgå sukkerholdige drikke, hvis du har sukkersyge

Hvis du har sukkersyge:

- Skal du møde til operation inden kl. 11, må du ikke tage hverken insulin eller tabletter om morgenen på operationsdagen
- Skal du møde til operation kl. 11 eller senere må du indtage en halv dosis insulin sammen med morgenmaden senest kl. 5, men ikke noget senere på dagen

Kost

- Har du specielle kosthensyn, som vi skal kende i forbindelse med din indlæggelse, vil vi gerne have besked om dette senest 2 dage inden indlæggelsen
- For hurtigst muligt at genvinde dine kræfter og sikre at såret heler, bør du være opmærksom på at få en god proteinrig kost

Ryging

- Rygning frarådes generelt
- Vi anbefaler rygestop 6 uger før operationen, da rygning hæmmer såret i at hele og giver større risiko for komplikationer. Du kan søge hjælp til rygestop hos din egen læge
- Alle vores hospitaler er røgfrie

Alkohol

- Vi opfordrer til, at Sundhedsstyrelsens anbefalinger om alkohol overholdes, da der kan være øget risiko for blødning ved operationen
- Har du et alkoholforbrug højere end anbefalet, kan du søge hjælp hos din egen læge

Motion

Vi opfordrer til at Sundhedsstyrelsens anbefalinger overholdes, dvs. at du hver dag motionerer i mindst en halv time.

Hjemmepleje og hjælpemidler

Vi anbefaler, at du har taget stilling til behov for hjemmepleje og hjælpemidler inden operationen.

Hjemmeplejen

Har du allerede kontakt til hjemmeplejen, beder vi dig medbringe kontaktoplysninger. Du skal give hjemmeplejen besked om din operation og lave aftaler med dem om behov for mere hjælp efter operationen. Aleris hjælper gerne med at kontakte hjemmeplejen ved behov for hjælp i hjemmet efter udskrivelsen.

Obs: Nogle kommuner kræver betaling for midlertidig hjemmehjælp.

Hjælpemidler

Aleris er behjælpelig med at rådgive dig om leje eller køb af hjælpemidler, hvis det bliver nødvendigt.

Telefon og internet

Det er tilladt at benytte mobiltelefon på hospitalet, men man skal tage hensyn til andre patienter og deres pårørende.

Der er Wi-Fi tilgængeligt på alle hospitaler.

På operationsdagen

Inden du møder til operation

- Tag et bad hjemmefra, men undgå cremer og make-up
- Du må ikke have neglelak eller kunstige negle på
- Du må ikke have smykker og piercinger på
- Anæstesilægen taler med dig om

kontaktlinser

- Briller, høreapparat og tandprotese må du gerne have med til operationsstuen

Medbring altid

- Al din vanlige medicin i original-pakninger
- Løstsiddende tøj som kan tåle at få gul farve på, da desinfektionsmidlet kan smitte af
- Praktiske sko som er fastsiddende og let aftagelige
- Dine hjælpemidler
- Eventuelt mobiltelefon

Modtagelsen og forberedelse til operation

Når du ankommer til Aleris, henvender du dig i receptionen.

Ved modtagelsen informerer sygeplejersken dig om forløbet og de praktiske forhold i afdelingen. Inden du bliver hentet, skal du:

- Klæde om til hospitalstøj
- Have armbånd på med navn og cpr-nummer
- Eventuelt fjerne hår i operationsområdet
- Have smertestillende og kvalme-forebyggende medicin
- På toilet
- Tale med speciallægen og have markeret stedet, hvor du skal opereres
- Tale med anæstesilægen om bedøvelsen (dette gælder ikke ved lokalbedøvelse)

Pårørende

Vi anbefaler, at du inddrager en nær pårørende i dit forløb:

- Ved samtaler med personalet
- Ved instruktioner
- Ved udskrivelsen

Ved at medinddrage en pårørende har du bedre mulighed for, at du kan få den nødvendige opbakning, når du kommer hjem.

Pårørende under operationen og opvågning

På opvågningen kan voksne ikke have besøg af pårørende. Børn kan have forældre med.

Pårørende er velkomne til at opholde sig på opholdsarealer, mens du er til operation og på opvågningen.

Besøg

På Aleris er der ikke besøgstider.

Dine pårørende er velkomne indtil kl. 22. Dog bedes I tage hensyn til øvrige patienter.

Værdigenstande

Vi anbefaler, at værdigenstande, penge og smykker kun medbringes i begrænset omfang. Du har mulighed for at opbevare ejendele aflåst.

Aleris dækker ikke mistede ejendele. Glemte ting vil kun blive opbevaret en måned, men værdifulde effekter vil blive afleveret på Hittegodskontoret.

Bedøvelse

Inden operationen taler du med anæstesi-lægen om, hvilken bedøvelse der er optimal for dig. Der vil blive taget hensyn til din helbredstilstand og type af operation.

Er du sund og rask, er der ikke væsentlige risici forbundet med at blive bedøvet. Har du tidligere haft ubehagelige oplevelser ved bedøvelse, er det vigtigt, at du giver anæstesi-lægen besked. Langt de fleste bivirkninger ved bedøvelse kan forebygges effektivt.

Operation og opvågning

Operation og opvågning foregår i trygge og sikre rammer.

Operation

Du bliver fulgt af personalet til operationsstuen. Ved mindre operationer i lokalbedøvelse kan du tage hjem direkte efter operationen, når du er klar til det.

Efter operationer i fuld bedøvelse og rygbedøvelse vågner du igen på operationsstuen, hvorefter du bliver kørt til opvågningen.

Opvågning

På opvågningen spørger vi dig til smerter eller andet ubehag. Du får evt. lidt at spise og drikke, og du får medicin, hvis du har behov for det.

Har du fået en ambulant operation, kan du tage hjem, når du er frisk igen. Inden du skal hjem, vil lægen og sygeplejersken informere dig om operationen og forholdsregler, når du kommer hjem.

Hvis du skal være indlagt, kommer du efter opvågning til sengeafdelingen, indtil du er klar til at komme hjem.

Brug af smerteskala

For at vurdere, hvor mange smerter du har, vil vi spørge dig, hvor ondt du har på en skala fra 0 til 10. Tallet 0 står for ingen smerter og tallet 10 for det værst tænkelige. God smertebehandling er, når du vurderer smerterne til at være mindre end eller lig med 3 i hvile. Dvs. at du kan mærke, at du er opereret, men kan holde det ud og evt. sove for det.

Smertebehandling

Du må forvente, at der kan være smerter efter operationen. Vi vil, sammen med dig, planlægge den smertebehandling, som fungerer for dig. Efter langt de fleste operationer bruges Paracetamol og Ibuprofen, eventuelt suppleret med et morfinlignende præparat. Smerterne kan godt tiltage nogle timer efter operationen, da du har fået lokalbedøvelse i såret, som ophører med at virke igen.

Ved nogle operationer anbefaler vi, at du køber smertestillende i håndkøb. Ved andre operationer får du det smertestillende på recept. I alle tilfælde vil lægen opdatere dit medicinkort.

Genoptræning og fysioterapi

Hvis du har behov for fysioterapi, taler du med en fysioterapeut under indlæggelsen eller via en henvisning.

På Aleris er det FysioDanmark, som varetager fysioterapeutisk instruktion og behandling både i forbindelse med din indlæggelse og/eller i det efterfølgende forløb. I Ringsted er Ryg- og Sportsklinikken ansvarlig for fysioterapien.

FysioDanmark har klinikker i hele landet, og vi kan være behjælpelige med at finde en klinik, som ligger i nærheden af din bopæl eller dit arbejde. I Ringsted har Ryg- og Sportsklinikken en fysisk klinik på hospitalet.

Er du henvist fra det offentlige, kan der blive tale om genoptræning via din kommune.

Udskrivelsen

Du får oplyst den forventede indlæggelsestid ved forundersøgelsen. Inden du bliver udskrevet, har du en samtale med sygeplejersken om dit videre forløb.

Journal

Ved udskrivelsen får du en beskrivelse af operationen og planen sendt til din E-boks, med mindre andet er aftalt. Din egen læge får altid besked om dine besøg hos os, med mindre du har frabedt dig dette.

Opfølgning og kontrol

Inden udskrivelse aftaler du med spe-

ciallægen, hvordan der skal følges op på din behandling. Er det aftalt, at du kommer til opfølgning hos os, får du oftest tiden med, inden du tager hjem.

Efter Udskrivelsen

Kontakt til Aleris

Afhængigt af din operation, ringer en af vores sygeplejersker til dig en af de første dage. Her har du mulighed for at stille spørgsmål og få gentaget information.

Du er altid velkommen til at kontakte os, hvis du bliver i tvivl om noget i forhold til din behandling. Ring på hovednummeret i den afdeling du er behandlet. Vi kan eventuelt få speciallægen til at ringe til dig.

Bilkørsel og sygemelding

Du skal overholde nedenstående forholdsregler ved bilkørsel efter operation af hensyn til din og andres sikkerhed.

- Du må ikke køre bil i 24 timer efter fuld bedøvelse
- Du må ikke køre bil, mens du tager morfinlignende medicin
- Ved mange operationer vil det tage nogen tid, før du kan føre bil på betryggende måde. Dette vil fremgå af folderen om den operation, du skal have foretaget
- Har du fået lokalbedøvelse, anbefaler vi, at du har en til at køre for dig, da du må forvente, at du ikke kan bruge fx fod eller arm optimalt med forbindelse.

Sygemelding, indlæggelsesbevis og lægeerklæring

Sygemelding og indlæggelsesbevis kan du få på Aleris efter aftale med speciallægen. En lægeerklæring skal du have via din praktiserende læge.

Operationssår og hævelser

Det er vigtigt at holde øje med, om operationssåret heler, som det skal.

Observation af operationssår

Du skal være opmærksom på betændelsestegn. Disse er:

- Rødme og varme
- Tiltagende smerter
- Evt. feber

Har du mistanke om betændelse, skal du ringe til den afdeling, du har været på.

Pleje af operationssår

Med mindre du har fået andet at vide, skal du sørge for:

- At holde såret rent og tørt
- Du kan tage brusebad 24 timer efter operationen
- Lufte såret dvs. ikke have plaster på, med mindre det væsker
- Sår heler dog godt med et åndbart plaster
- Du får information om fjernelse af tråde eller clips inden udskrivelsen
- Det første år efter operationen er arret følsomt overfor sollys. Sørg for at dække det med plaster, tape, tøj eller solcreme minimum faktor 15, hvis du er i solen eller solarium
- Efter operation i ansigtet anbefaler

vi, at du sover med hovedet højt. Benyt gerne en ekstra hovedpude for at nedsætte risikoen for blødning

Hævelser – kolde omslag

Kolde omslag på hævede led må du gerne bruge i 20 minutter ad gangen afløst af 2 timer uden.

Varme omslag skal du ikke bruge, når du er opereret, da det kan give øget blødning.

Medicin efter udskrivelsen

I forbindelse med udskrivelsen får du en oversigt over den medicin, du skal tage. Heraf fremgår også din vanlige medicin.

Ved operationer, hvor der er behov, vil du få recept på smertestillende medicin. Du kan også blive anbefalet at købe smertestillende i håndkøb. Har du herefter behov for yderligere smertestillende og recepter, skal du kontakte din praktiserende læge.

Nedtrapning af medicin

Når du, efter nogle dage eller uger, har mindre behov for smertestillende medicin, skal du stoppe med den stærkeste medicin først. Vi laver evt. en plan til dig, hvis du skal trappe langsomt ud.

I folderen "Medicin efter din operation" kan du læse mere om smertestillende medicin.

Forventelige gener efter operation

Efter en operation kan der være en række forbigående gener. Se din operationsfolder for mere specifikke gener relateret til netop din operation.

Forstoppelse

Forstoppelse kan opstå, hvis du ikke bevæger dig så meget, som du plejer eller drikker og spiser mindre. Smertestillende medicin kan også give forstoppelse. Man får ondt i maven, kvalme og oppustethed. Derfor skal du holde dig i gang så godt, du kan og drikke 1½ -2 liter vand i døgnet. Vi vejleder dig om afføringsmedicin.

Vandladningsproblemer

Der kan være påvirkning af vandladningen efter nogle operationer. Er det aktuelt, vil vi tale med dig om dette inden udskrivelsen.

Hævelse og misfarvning

Du kan forvente hævelse og misfarvning af området omkring operationsstedet. Det forsvinder igen, men det kan tage nogle uger.



Aleris Hospitaler - Vest

Aalborg

Sofiendalsvej 97
DK - 9200 Aalborg SV
Tlf. +45 3637 2750
aalborg@aleris.dk

Esbjerg

Bavnehøjvej 2
DK - 6700 Esbjerg
Tlf. +45 3637 2700
esbjerg@aleris.dk

Aarhus

Brendstrupgårdsvej 21 A, 1. sal
DK - 8200 Aarhus N
Tlf. +45 3637 2500
aarhus@aleris.dk

Herning

Poulsgade 8, 2. sal
DK - 7400 Herning
Tlf. +45 3637 2600
herning@aleris.dk

Aleris Hospitaler - Øst

København

Gyngemose Parkvej 66
DK - 2860 Søborg
Tlf. +45 3817 0700
kobenhavn@aleris.dk

Ringsted

Haslevvej 13
DK - 4100 Ringsted
Tlf. +45 5761 0914
ringsted@aleris.dk

www.aleris.dk