

Efter operation

Mat och näring

Du får äta och dricka som vanligt ungefär fyra timmar efter operationen. Det är viktigt att du får i dig näring och vätska och att tarmen kommer igång efter operationen. Du får mer information av sjuksköterskorna på avdelningen.

Dagarna efter operationen ska du fortsätta äta vanlig mat och dricka minst två liter vätska, inklusive tre förpackningar näringsdryck per dygn, för att tillgodose ditt behov av näring. Om du behöver, får du kostråd och näringsdrycker av en dietist innan du åker hem.

Fysisk aktivering

Det är viktigt att du rör på dig efter operationen. Redan på operationsdagen ska du pröva att sitta upp. Målet är att du de närmaste dagarna efter operationen ska vara ur sängen (sitta upp eller stå) minst sex timmar fördelat på både förmiddag och eftermiddag. Det är bra om du går minst två vändor i korridoren per dag. Detta för att du snabbt ska återhämta dig och minska risken för komplikationer.

Smärtbehandling

Smärtlindring är viktigt för att du så snabbt som möjligt ska komma tillbaka till normala aktiviteter, det vill säga att du ska kunna vara uppe och röra på dig på avdelningen och kunna äta.

När ryggbedövningen tas bort, får du istället värktabletter. Om du trots detta får ont, ska du prata med din sjuksköterska så att du får den hjälp du behöver.

Stomi

Om du har fått en stomi vid operationen kommer du att få hjälp med att träna på att sköta den av personal på vårdavdelningen och av stomiterapeut.

► Du får mer information om Stomi om det är aktuellt för dig.

Utskrivning

Du blir utskriven när du fått tillbaka normala kroppsfunktioner, till exempel ska du ha haft gaser eller avföring samt kunna äta och dricka. För att bli utskriven ska också värktabletter räcka som smärtlindring.

Många patienter kan åka hem tre till sex dagar efter operationen. Om du behöver ytterligare hjälp att återhämta dig innan du åker hem kan du skrivas ut till rehabilitering på ett annat sjukhus/rehabiliteringsenhet.