

# Eftervård och återhämtning efter operation

## Kostråd

Efter en tarmoperation kan du oftast äta och dricka som vanligt. Det är vanligt att matlusten minskar en period och då kan det vara lättare att äta flera, mindre måltider utspritt över dagen. Du kan få kontakt med dietist även efter att du kommit hem.

## Förändringar i din tarmfunktion

I vissa fall kan tarmen vara oberäknelig under en längre tid, det vill säga att det kan vara svårt att kontrollera tarmtömningen. Det kan förbättras genom att se över vad du äter eller din medicinering.

## Smärta

Du behöver troligen ta värktabletter även efter att du kommit hem. Du avgör själv när du kan sluta ta värktabletterna. När värken minskar räcker det att ta läkemedel som innehåller paracetamol regelbundet, tills du inte behöver något smärtlindrande alls.

## Dusching och omläggning

Du kan duscha som vanligt. Det räcker oftast att ha kirurgtejp över såret. Kirurgtejp och förbandsmaterial finns att köpa på apotek om du behöver. I de flesta fall används häftklamrar, så kallade agraffer, för att hålla ihop såret. Dessa ska tas bort cirka 10 till 14 dagar efter operationen, oftast av distriktssköterskan. Information om detta får du av din sjuksköterska när du åker hem.

## Blodförtunnande spruta

Efter operationen behöver du behandlas med en blodförtunnande spruta varje dag i en månad från och med operationsdagen. Antingen tar du den själv eller så kan du få hjälp av din distriktssjuksköterska.

## Besvär och eventuella komplikationer

Efter operationen kan du drabbas av vissa komplikationer, till exempel:

- Förstoppning. När du varit sövd och genomgått operation i buken kan det hända att tarmen inte kommer igång som den ska.
- Lunginflammation. Under tiden du varit sövd kan slem samlas i lungorna och leda till lunginflammation. Detta slem hostar du normalt upp när du inte är sövd. Det är viktigt att du följer fysioterapeutens/ sjukgymnastens råd.
- Infektion. Du kan få infektion i såren. Detta behandlas med såromläggning och i vissa fall antibiotika. En allvarigare komplikation är att tarmen inte läker utan att du får en infektion inne i bukhålan. Då kommer du att behandlas med antibiotika och komplikationen kan ibland innebära att man behöver göra en till operation under vårdtiden.
- Urinvägsinfektion. Infektionen behandlas med antibiotika om det behövs.

- Anastomosläckage. Kopplingen i tarmen brister och det läcker ut avföringsvätska i buken. Detta kräver oftast en operation till, men ibland kan man behandla detta enbart med antibiotika om du fått en stomi vid första operationen