

Förberedelser inför en operation med öppen teknik

Du rekommenderas en operation för att behandla din cancersjukdom. Du ska opereras i narkos. Det betyder att du är sövd under operationen.

Det krävs en del förberedelser inför operationen. Du kommer att få information om hur du ska förbereda dig i en kallelse, vid inskrivningen eller vid ett vårdbesök före operationen.

Du kanske behöver komma till sjukhuset dagen före operationen, eller så räcker det att du kommer dit samma morgon. Detta påverkar vilka förberedelser du behöver göra själv och vad du kan göra ihop med vårdpersonalen.

Många verksamheter arbetar enligt en metod som kallas ERAS (enhanced recovery after surgery) för att du ska återhämta dig så fort som möjligt efter operationen. Du kommer att få veta vad som gäller för dig.

Lev hälsosamt före och efter operationen

När du opereras utsätts din kropp för påfrestning och stress. Genom att leva hälsosamt hjälper du kroppen att återhämta sig, läka sår och hantera infektioner och blödningar.

Du bör äta näringsrikt och inte banta inför operationen. Det är viktigt att du meddelar oss om du går ner i vikt eller har svårt att äta. Du kan då få kontakt med en dietist redan före operationen och även få kosttillskott i form av kaloririka näringsdrycker.

Fysisk aktivitet gör kroppen bättre förberedd för operationen. Tränar du nu så fortsätt med det. Om du inte tränar kan du börja försiktigt och öka träningsmängden successivt. En promenad på 15 minuter är mycket bättre än ingen alls.

Du bör inte dricka alkohol eller röka 4–8 veckor före och efter operationen. Om du ska opereras med kort varsel är det bra att du avstår så länge som möjligt före operationen.

Om din läkare bedömer att du riskerar komplikationer på grund av att du lever ohälsosamt, kan du få stöd för att ändra dina levnadsvanor inför operationen.

Ibland kan man behöva stöttning eller behandling för att bli bättre i sitt allmäntillstånd, och då kan operationen skjutas upp tills du har bättre förutsättningar att klara den.



Fysisk aktivitet gör kroppen bättre förberedd för operationen.

Inskrivning

Ofta har du ett inskrivningsbesök några dagar eller veckor före operationen. Då får du träffa läkare, sjuksköterska/kontaktjuksköterska och lämna blodprover. Du kan också få träffa en fysioterapeut, narkosläkare och genomgå kompletterande undersökningar om så behövs. Ta gärna med en närstående till besöket. Förbered dig gärna genom att läsa igenom den information du fått hemskickad till dig i kallelsen samt fyll i Hälsodeklaration om du fått en sådan.

Ta också med:

- Läkemedelslista
- Legitimation
- Telefonnummer till närstående
- Läkemedel som du kan behöva ta under dagen

3. BEHANDLING Operation

Läkemedel

Inför operationen kan du behöva göra uppehåll med eller ändra dosen av dina läkemedel. Din läkare berättar vad som gäller för dig.

Veckan före operationen ska du inte ta värktabletter som innehåller acetylsalicylsyra, till exempel Treo och Magnecyl. Undvik även Ipren och Ibuprofen. Om du behöver, ta i stället tabletter som innehåller paracetamol, till exempel Alvedon eller Panodil. Du kan behöva sluta med vissa blodförtunnande läkemedel. Du kan också behöva ta andra blodförtunnande via spruta för att förebygga blodpropp. Du kan också behöva ta antibiotika för att förebygga infektion. Din läkare berättar vad som gäller för dig.

Naturläkemedel

Inför operationen kan du behöva göra uppehåll med naturläkemedel. Berätta för din läkare vilka naturläkemedel du använder

Hygien

Kvällen före operationen och på operationsdagens morgon ska du duscha hela kroppen och tvätta håret. Det är viktigt att du rengör naveln ordentligt. Använd en bomullspinne. Ibland behöver du köpa en särskild tvål på apoteket. Efter att du har duschat är det viktigt att du tar på dig rena kläder och bäddar med rena lakan.

Du kommer att få detaljerad information av personalen om hur du ska rengöra dig före operationen.

Efter att du har duschat ska du inte använda krämer, lotion, hårbalsam, parfym, nagellack eller smink. Ta bort smycken, klocka och eventuell piercing. Raka inte underlivet.

Laxerande

Inför operationen kan du i vissa fall behöva laxerande för att tömma tarmen. Du kommer få information om det gäller dig

Hygien

Kvällen före operationen och på operationsdagens morgon ska du duscha hela kroppen och tvätta håret. Det är viktigt att du rengör naveln ordentligt. Använd en bomullspinne. Ibland behöver du köpa en särskild tvål på apoteket. Efter att du har duschat är det viktigt att du tar på dig rena kläder och bäddar med rena lakan.



Du kommer att få detaljerad information av personalen om hur du ska rengöra dig före operationen.

Det är viktigt att rengöra sig före operation.

Efter att du har duschat ska du inte använda krämer, lotion, hårbalsam, parfym, nagellack eller smink. Ta bort smycken, klocka och eventuell piercing. Raka inte underlivet.

Fasta

Eftersom du ska vara sövd under operationen är det viktigt att du är fastande, annars kan du kräkas och få ner maginnehåll i lungorna. Att vara fastande innebär att du inte får äta fast föda en viss tid innan du sövs. Du får mer information om vad som gäller för dig innan operationen.

3. BEHANDLING Operation

Näringsdrycker

För att må så bra som möjligt, minska illamående och minska tiden för återhämtning, kan du behöva dricka speciella näringsdrycker kvällen före operationen och cirka 2 timmar före operationen.

Om du blir sjuk före operationen

Om du skulle bli förkyld, få feber eller känna dig sjuk, ring din kontaktsjuksköterska eller avdelningen och meddela detta.



Kontakta vården om du känner dig sjuk.

Bra att ha med till sjukhuset

- Legitimation
- Telefonnummer till närstående
- Läkemedel och läkemedelslista
- Stadiga inneskor
- Hygienartiklar
- Tidsfördriv, till exempel böcker och tidningar
- Egna anteckningar och eventuella frågor
- Laddare till mobiltelefon (helst med en lång sladd)
- Sköna byxor som är vida i midjan, alternativt klänning eller tunika. Du kan vara svullen över magen efter operationen.

Ta inte med dig värdesaker (till exempel smycken) eller stora summor pengar.

Planera för när du lämnar sjukhuset

Det är bra att redan före din operation planera för när du kommer hem. Det kan kännas bra att åtminstone de första dagarna efter utskrivningen få hjälp av närstående med att handla, laga mat och städa. Säg till i god tid om du behöver hjälp att ordna hemtjänst.

► Läs mer på [1177.se](https://www.1177.se). Sök på Att lämna blodprov.