

Egenvård efter operation av lymfkörtlar i ljumsken – modifierad lymfkörtelutrymning

Det är viktigt att du följer råden om egenvård för att undvika och hantera biverkningar och komplikationer.

Biverkningar och komplikationer du kan få är svullnad och infektion i det opererade benet och att såret inte läker.

Operationssåret

Det är viktigt att hålla operationsområdet rent för att undvika infektion i såret. Du kan duscha som vanligt. Däremot ska du undvika att bada i badkar eller simhall och basta tills såret har läkt.

Såret är oftast sytt med stygn som försvinner av sig själva efter cirka 2 veckor. Om dina stygn behöver tas bort får du information om detta när du lämnar sjukhuset.

Såret täcks med förband som ska bytas om det lossnar eller blir fuktigt eller blött. Förbandet ska sitta som längst i 2 veckor. Efter cirka 1 vecka har såret börjat läka och förbandet brukar inte längre behövas. Förband kan du köpa på apoteket om det behövs. Om du behöver hjälp med att byta förband kan du vända dig till din vårdcentral.

Svullnad

Om penis och pung svullnar kan du få ner svullnaden genom att ha penis liggande mot magen och använda tajtare kalsonger.

Mediciner

Du kan behöva sprutor med blodförtunnande medicin. Eventuellt får du lära dig att ge dig själv sprutorna. Du får mer information och recept på sprutorna när du lämnar sjukhuset.

Eventuellt får du också recept på smärtlindrande tabletter. För de flesta räcker det med receptfri smärtlindrande medicin.

Aktivitet

Under de första 4 veckorna efter operationen bör du undvika tunga lyft och tuff konditionsträning. Däremot är det bra att du håller dig fysiskt aktiv, till exempel genom lugna promenader.

Efter operationen ökar risken för proppbildningar i benen. Därför rekommenderas användning av kompressionsstrumpor vid längre stillasittande och att trampa med fötterna för att öka cirkulationen.

Du bör inte ha sex innan såret har läkt.

När ska jag kontakta vården?

- Om du får feber över 38 grader eller sämre allmäntillstånd under de första veckorna. Om du får över 40 graders feber, kontakta din närmaste akutmottagning.
- Om du har smärta som inte lindras av smärtstillande medicin eller om smärtan blir värre.
- Om såret eller det opererade benet blir mer svullet eller rött eller känns varmare.