

Egenvård efter distal uretrektomi

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

Biverkningar och komplikationer du kan få är smärta och infektion i operationssåret.

Katetern

Se separat information om hur du sköter katetern, om du har den kvar när du lämnar sjukhuset.

Operationssåret

Det är viktigt att hålla underlivet 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 sytt med tråd som försvinner av sig själv efter cirka 2–4 veckor. Oftast behövs inget förband, utan det räcker med ett droppskydd i kalsongerna. Kontakta din vårdcentral eller urologmottagning om du behöver fler droppskydd.

Om du behöver ett förband får du information om hur du lägger om såret och material med dig hem. Ofta behöver förbandet bytas när du har varit på toaletten. Efter 1–2 veckor behöver du troligen inget förband mer.

Om du behöver hjälp med att lägga om såret får du en remiss till din vårdcentral.

Svullnad och påverkan på urinstrålen

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

Efter operationen kan din urinstråle spridas när du kissar. Det kan därför kännas bättre att sitta ner och kissa.

Smärta

Om du har ont kan du ta receptfri smärtlindrande medicin. Om det behövs kan du få starkare smärtlindrande medicin utskrivna på recept.

Aktivitet

De 2 första 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.

Du bör inte ha sex förrän 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 blir mer svullet eller rött.