

## Egenvård efter konisering

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 en tråd som försvinner av sig själv efter cirka 2 veckor.

Såret kan vätska lite men oftast behövs inget förband, utan det räcker med ett droppskydd i kalsongerna. Kontakta din vårdcentral eller urologmottagning om du behöver fler droppskydd.

Det varierar hur länge förbandet ska sitta kvar, och du får veta vad som gäller för dig när du lämnar sjukhuset.

### **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 smärtstillande medicin. Om du behöver starkare smärtstillande medicin får du recept på den innan du lämnar sjukhuset.

### **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 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 blir mer svullet eller rött.