

Egenvård efter operation av portvaktskörteln

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 operationssåren.

Operationssåren

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

Såren sys med en tråd som försvinner av sig själv efter 2–4 veckor.

Du bör ha kvar förbandet tills det lossnar av sig självt. Om det behövs kan du köpa mer förband på ett apotek. Efter cirka en vecka har såret börjat läka och förbandet brukar inte längre behövas. Då kan du ta bort det och eventuellt sätta på ett plåster i stället. 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.

Ibland kan svullnaden i ljumskarna orsakas av att lymfvätska samlas, så kallad lymfocele. I vissa fall behöver svullnaden tömmas i samband med återbesök för sårkontroll.

Aktivitet

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.

Du bör inte ha sex innan såret har läkt.

Smärta

För de flesta räcker det med receptfri smärtlindrande medicin.

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 ljumskar, pung eller penis svullnar, känns varmare och blir röda.
- Om ljumskar, pung eller penis svullnar mycket.