

Förberedelser inför en operation av tjock- och ändtarmscancer

Prehabilitering

När du opereras utsätts din kropp för påfrestning och stress. Genom att förbereda dig med förebyggande insatser kring fysisk förmåga, kostvanor, levnadsvanor och psykosocial situation, så kallad prehabilitering, kan du öka kroppens förmåga till återhämtning snabbare. För att underlätta din återhämtning är din egen medverkan mycket viktig. Fortsätt med den träning som du brukar göra, men efter din nuvarande ork och förmåga. Promenader är alltid ett bra alternativ.

Följ i övrigt de instruktioner som du får vid inskrivningssamtalet före din operation.

Om din läkare eller kontaktsjuksköterska bedömer att du riskerar komplikationer på grund av dina levnadsvanor kan du få stöd för att ändra dem inför operationen. Ibland behöver operationen skjutas upp tills du har bättre förutsättningar att klara operationen.

Du bör inte dricka alkohol eller röka 4–8 veckor före och efter operationen.

► Läs mer på [1177.se](https://www.1177.se). Sök på Levnadsvanor inför operation

► Se film på [1177.se](https://www.1177.se). Sök på Rökfri och alkoholfri före och efter operation.

Inskrivning

Ofta har du ett inskrivningsbesök före din planerade operation.

Ta gärna med en närstående till besöket. Ta också med:

- Medicinlista.
- Legitimation.
- Telefonnummer till närstående.
- Mediciner som du kan behöva ta under dagen.
- Nedskrivna frågor som du vill ha svar på.

Stomi

Om du behöver en tillfällig eller permanent stomi kommer du att träffa en stomiterapeut.

Läkemedel

Inför operationen kan du behöva göra uppehåll med, eller ändra doseringen av, de läkemedel och naturläkemedel du tar. Till exempel kan du behöva göra uppehåll med läkemedel som är blodförtunnande.

Veckan före operationen ska du inte ta värktabletter som innehåller acetylsalicylsyra, till exempel Ipren, Ibuprofen, Treo och Magnecyl. Ta i stället läkemedel som innehåller paracetamol, till exempel Alvedon och Panodil. Du ska inte heller ta naturläkemedel som innehåller omega 3 och vitamin E veckan före operationen.

Du som står på Trombyl bör tala med din läkare om ifall du ska göra uppehåll med det eller fortsätta ta det som vanligt.

Du kan också behöva ta nya särskilda läkemedel inför operationen.

Narkos

Du ska opereras under narkos. Det betyder att du är sövd under operationen. I din kallelse kommer du att få detaljerad information om hur du ska förbereda dig.

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

Fasta

För att inte riskera att kräkas och få ner maginnehåll i lungorna kommer du att vara fastande några timmar före sövningen. Att vara fastande innebär att du inte får äta eller dricka ett antal timmar innan du ska få narkos. Du får mer information i din kallelse eller vid inskrivningsbesöket.

Duscha

Du ska rengöra kroppen genom att duscha kvällen före operation och på operationsdagen. Efter att du har duschat är det viktigt att du tar på dig rena kläder. Du får mer information i din kallelse eller vid inskrivningsbesöket.



Tarmförberedelser

Vid vissa operationer behöver tarmen vara ren. Därför får somliga patienter laxerande dryck som ska tömma hela tjocktarmen dagen före operationen. Andra patienter får enbart minilavemanget Klyx® på operationsdagens morgon. I vissa fall behövs ingen tarmrengöring alls. Du får mer information i din kallelse eller vid inskrivningsbesöket.

Ta med dig till avdelningen när du ska opereras:

- Legitimation
- Telefonnummer till närstående
- Mediciner och eventuell medicinlista
- Inneskor
- Hygienartiklar
- Tidsfördriv, till exempel böcker och tidningar
- Egna anteckningar och frågor
- Laddare till mobiltelefon

Ta inte med dig:

- Värdesaker (smycken med mera)
- Stora summor pengar