



Cario

Privathospital

**Fjernelse af livmoderen
gennem skeden**

(Vaginal hysterektomi)

Fjernelse af livmoderen gennem skeden (vaginal hysterektomi)

Denne folder giver dig information om, hvad der skal ske før, under og efter den operation, du skal have foretaget. Det er derfor vigtigt, at du har læst folderen grundigt, inden du møder på hospitalet.

For at du kan forberede dig bedst muligt, beder vi dig om også at læse folderen "Velkommen" samt folderen omkring bedøvelse.

Indhold i denne folder

Vigtig information om din forberedelse!	4
Formålet med operationen	4
Forventninger.....	4
Forberedelser til din operation	4
Kost, rygning, alkohol og motion - KRAM.....	4
Anbefalinger til forberedelser inden operationen	5
Forberedelser dagen inden operationen	5
Forberedelser på operationsdagen.....	5
Medbring	5
Operation og bedøvelse.....	5
Efter operationen.....	6
Smerter.....	6
Mobilisering	6
Forstoppelse.....	6
Blødning fra skeden	7
Sting.....	7
Svar på prøver	7
Aktiviteter og daglige gøremål	7
Sygemelding	8
Opfølgning efter udskrivelsen	8
Komplikationer	8
Infektion	8
Blodprop i benet.....	8

Blæretømningsbesvær	9
Rift på blæren, urinleder eller tarm	9
Blodansamling og blødning	9
Brist af syning	9
Egne notater	10
Kontakt	10

Vigtig information om din forberedelse!

Hvis ikke ALLE punkter nedenfor følges, kan det være nødvendigt at udsætte din operation af hensyn til din sikkerhed:

- Du skal møde fastende på operationsdagen. Læs afsnittet "Fasteregler" i folderen om bedøvelse, der er vedhæftet din operationsindkaldelse, for yderligere oplysninger
- Hvis du tager blodfortyndende medicin, skal du følge den plan, der er lagt for indtagelse af denne op til operationen. Læs afsnittet "Medicin og kosttilskud" i folderen om bedøvelse, der vedhæftet i din indkaldelse, for yderligere oplysninger om medicin
- Hvis du føler dig syg f.eks. har feber eller er forkølet eller får antibiotikabehandling op til operationen, bedes du kontakte os hurtigst muligt
- Hvis du har områder på kroppen med betændelse f.eks. en byld, beder vi dig kontakte os hurtigst muligt

Formålet med operationen

Formålet med operationen er at hjælpe dig af med de gener, der forårsages af livmoderen, ved at fjerne denne.

Operationen foregår gennem skeden.

Vævet, der udtages under operationen, bliver efterfølgende sendt til mikroskopisk undersøgelse.

Der lægges et kateter i blæren under operationen.



Forventninger

Kirurgen har ved forundersøgelsen informeret dig om hvad du kan forvente dig af operationen i netop dit tilfælde.

Du må forvente ophør af menstruation når livmoderen fjernes.

Forberedelser til din operation

Kost, rygning, alkohol og motion - KRAM

For at give kroppen de bedste betingelser når du skal opereres, anbefaler vi, at du følger rådene om kost, rygning, alkohol og motion (KRAM) op til og efter operationen. Du kan få yderligere oplysninger om KRAM-faktorerne på Capios hjemmeside ved at klikke på linket [KRAM](#).

Anbefalinger til forberedelser inden operationen

- Aftaler med en voksen person, at være hos dig det første døgn efter operationen
- Indkøber smertestillende håndkøbsmedicin, der indeholder Paracetamol (f.eks. Pinex, Panodil eller Pamol) samt Ibuprofen (f.eks. Ipren eller Brufen)
- Eventuelt indkøb af afføringsmiddel mod forstoppelse. Apoteket kan give yderligere vejledning om dette

Forberedelser dagen inden operationen

- Af hygiejnemæssige årsager skal du fjerne håret omkring skedeåbningen. Det anbefales at anvende en trimmer eller en saks, frem for en skraber, for at undgå rifter på huden
- For at skabe bedst mulige forhold under operationen, skal du tage et lavement (en klyx) omkring kl. 20.00 aftenen inden operationen. Du får udleveret klyx i vores ambulatorium til forundersøgelsen

Forberedelser på operationsdagen

- På dagen for operationen skal du tage et bad og vaske hår (hårvask kan gøres dagen inden) samt renser navlen grundigt med sæbe og eventuelt en vatpind. Du skal undgå at smøre bodylotion på huden i operationsfeltet efterfølgende
- Du må ikke bære smykker og kontaktlinser. Du må gerne bære briller og høreapparat

Medbring

- Løstsiddende tøj, der er nemt at få af og på efter operationen
- Mobiltelefon og oplader, så du kan være i kontakt med dine pårørende
- Gerne underholdning f.eks. (lyd)bøger og -blade og høretelefoner)
- Din eventuelle daglige medicin i originale æsker samt en opdateret medicinliste, hvis du skal indlægges efter operationen

Medbragte værdigenstande opbevares på eget ansvar og vi opfordrer til, at du lader smykker og større kontantbeløb blive hjemme. Du vil dog have adgang til aflåste skabe under forløbet

Operation og bedøvelse

Operationen du skal have foretaget, foregår i fuld bedøvelse og forventes at vare ca. 1,5-2 timer.

På operationsdagen vil du møde:

- Personale, der vil informere dig om forløbet og gøre dig klar til operationen
- Kirurgen, der skal operere dig
- En narkoselæge, der vil informere dig om bedøvelsen

Efter operationen

Efter operationen vil du blive observeret, og når du er tilstrækkelig vågen, få tilbudt mad og drikke. Blærekateteret, der lægges under operationen kan som regel fjernes samme dag som du opereres. Inden udskrivelsen informeres du om operationens forløb og om de forholdsregler, der efterfølgende er.

Du skal regne med at blive udskrevet næste dag tidlig om formiddagen. Du skal selv sørge for hjemtransport og må ikke selv køre bil i 24 timer efter du har været i fuld bedøvelse. Vi henleder til at hjemtransporten så vidt mulig arrangeres til det forventede udskrivelsestidspunkt.

Se i øvrigt punktet "Bilkørsel" for anbefalinger til genoptagelse af bilkørsel, ved at klikke [her](#) eller ved at finde det i afsnittet "Aktiviteter og daglige gøremål" længere nede i denne folder.

Smerter

Efter operationen må du forvente at have lette til moderate smerter. Smerterne behandles med Paracetamol og Ibuprofen, som du kan købe i håndkøb på apoteket (se yderligere oplysninger om håndkøbsmedicin under afsnittet "Anbefalinger til forberedelser inden operationen" eller klik [her](#)). Får du behov for stærkere smertestillende medicin, kan dette efterfølgende hentes på et apotek ved hjælp af dit sygesikringskort.

Mobilisering

For at forebygge komplikationer efter operationen f.eks. blodpropper og forstoppelse, vil du blive opfordret til hurtigt at komme ud af sengen og bevæge dig.

Det er også vigtigt, at du er oppegående når du kommer hjem, dvs. at du ikke udelukkende ligger eller sidder stille. Det anbefales at lave venepumpeøvelser, når du hviler, dvs. skiftevis strækker og flekser foden samt vipper med tæerne.

Forstoppelse

Nogle patienter føler sig oppustet efter indgrebet, og maven kan gå i stå. For at afhjælpe dette, kan du med fordel gøre følgende:

- Indtage afføringsmiddel
- Drikke rigelig væske (1,5-2 liter pr. dag)
- Spise fiberrig kost, f.eks. fuldkorn og grove grønsager.
- Bevæge dig mest muligt, men samtidig tage hensyn til at du er nyopereret

Blødning fra skeden

Efter operationen vil der komme lidt blødning og brunligt udfåd fra skeden. Blødningen aftager normalt i løbet af 2 uger og brunligt udfåd er som regel aftaget efter 3-4 uger. For at forebygge infektion anbefaler vi, at du i denne periode anvender hygiejnebind fremfor tamponer.

Når sårskorpen fra toppen af skeden, oftest efter 8-14 dage, afstødes, kan du igen opleve lidt frisk blødning.

Sting

Toppen af skeden er lukket med tråde, der opløser sig selv.

Svar på prøver

Inden din udskrivelse aftales det, hvordan du modtager svar på prøverne. Tiden indtil svaret foreligger kan variere, men oftest går der 8-10 dage.

Aktiviteter og daglige gøremål

- For at opnå det bedst mulige resultat af operationen, anbefales det ikke at overbelaste bækkenbunden i tiden lige efter operationen. Det tilrådes at starte med bækkenbundstræning og knibeøvelser umiddelbart efter operationen
- Lettere fysiske aktiviteter f.eks. lettere rengøring og gåture: Kan udføres 2-4 uger efter operationen. I denne periode må du ikke løfte tungere end 5-10 kg
- Almindelige daglige aktiviteter: kan genoptages 4-6 uger efter operationen
- Hårde fysiske aktiviteter f.eks. tungt havearbejde, vægttræning og løb: kan begyndes efter 8 uger
- Bad: Du må tage brusebad umiddelbart efter operationen. Af hensyn til infektionsrisiko fraråder vi at bade i badekar, svømmehal og havvand indtil blødning fra skeden er ophørt
- Seksuelt samliv: Samleje bør tidligst genoptages 4-6 uger efter operationen og kan give ubehag i op til 8-12 uger
- Bilkørsel: Du bør være opmærksom på at du ikke selv må køre bil:
 - før du kan føre denne forsvarligt. Altså har sikret dig, at du f.eks. kan foretage en katastrofeopbremsning og ikke er forhindret i at reagere hensigtsmæssigt i trafikken pga. af smerter
 - hvis du har taget stærk smertestillende medicin (medicin med rød advarselstrekant) eller beroligende medicin

Sygemelding

Kirurgen har ved forundersøgelsen informeret dig om hvor længe du kan forvente at være sygemeldt. Ved lettere fysisk arbejde, f.eks. kontorarbejde, skal man regne med en sygemelding på ca. 2 uger, hvor hårdt fysisk arbejde ikke kan genoptages før efter ca. 3-4 uger.

Opfølgning efter udskrivelsen

Du tilbydes kontrol efter operationen ved behov. Denne foregår oftest efter 12 uger og du vil blive orienteret yderligere om dette inden du udskrives.

Komplikationer

Nedenfor ser du de komplikationer, der kan opstå efter den type operation du har fået foretaget. Inden du udskrives, bliver du informeret om, hvor du kan henvende dig hvis du får mistanke om, at du har komplikationer til operationen.

Infektion

Efter et kirurgisk indgreb er der en lille risiko (under 1 %) for at der kan komme infektion i operationssårene.

Tegn på infektion i operationssårene:

- Tiltagende smerter i sårene
- Eventuel feber
- Der kan opstå rødme, hævelse og varme omkring sårene
- Der kan komme væske fra sårene

Tegn på infektion i blæren (blærebetændelse)

Når der anlægges blærekateter, opstår der en øget risiko for at blærebetændelse. De symptomer, der oftest fremtræder ved en blærebetændelse, er hyppige vandladninger med svie og smerte samt eventuelt feber.

Hvis du p.ga. infektion sættes i behandling med antibiotika af egen læge eller vagtlæge, må du gerne informere os, da vi registrerer komplikationer efter operationer for hele tiden at øge kvaliteten af vores behandling.

Blodprop i benet

For at forebygge blodpropper vil du få blodfortyndende medicin i forbindelse med operationen og støttestrømper, som du skal have på under forløbet. Du bliver også opfordret til hurtig at komme ud af sengen og bevæge dig.

Tegn på en blodprop i benet giver forskellige symptomer i varierende grad.:

- Benet kan hæve meget og blive rødt og varmt, hvor andre kun føler et let ubehag
- Musklerne i underbenet kan føles spændte og hårde og de overfladiske blodårer kan blive mere tydelige end de er normalt

Blæretømningsbesvær

Problemer med at tømme blæren er oftest forbigående og skyldes hævelse i operationsområdet. Inden du bliver udskrevet, vil vi derfor sikre os, at du uden problemer kan have vandladning.

Rift på blæren, urinleder eller tarm

Der er en meget lille risiko for at lave en rift på blæren, en urinleder eller tarmen under operationen. Ved en rift på blæren, kan det være nødvendigt at have et blærekateter ca. 1 uge efter operationen. En rift på tarmen sys under operationen.

Blodansamling og blødning

Blodansamlinger omkring indvendige sår svinder oftest af sig selv. Det kan dog i sjældne tilfælde føre til en infektion, som skal behandles. (se afsnittet "Infektion" for yderligere oplysninger).

Skulle der mod forventning opstå blødning efter operationen, kan dette kræve en operation, hvor denne stoppes.

Brist af syning

Syningen i toppen af skeden kan i sjældne tilfælde bryde. Da denne komplikation kan optræde i forbindelse med samleje, anbefaler vi, at du undgår samleje de første 6 uger efter operationen

