



**Capio**

Privathospital

**Åben operation for  
navlebrok**

(umbilikalhernie)

## Åben operation for navlebrok (umbilikalhernie)

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 .....	4
Forberedelser på operationsdagen .....	5
Medbring .....	5
Operation og bedøvelse.....	5
Efter operationen.....	5
Smerter.....	6
Mobilisering .....	6
Forbinding .....	6
Fjernelse af sting eller klips.....	6
Hævelse og misfarvning .....	6
Ar .....	7
Aktiviteter og daglige gøremål .....	7
Sygemelding .....	7
Opfølgning efter udskrivelsen .....	7
Komplikationer .....	7
Infektion .....	8

Blodprop i benet.....	8
Blødning.....	8
Længerevarende smerter.....	8
Tilbagefald af brokket.....	8
Egne notater .....	9
Kontakt .....	9

## 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 indtager 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 sår, rifter eller bumser i operationsområdet, eller 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 dit navlebrok.

Operationen udføres gennem et mindre snit, der lægges i navleregionen, hvor åbningen i bugvæggen sys og i nogle tilfælde, forstærkes med et kunststofnet.

Kirurgen har ved forundersøgelsen informeret dig om, hvad vi anbefaler i dit tilfælde. Hvis du er i tvivl, er du velkommen til at kontakte os.

## Forventninger

- Der er 5% risiko for at brokket vender tilbage
- Du kan forvente at have behov for fast smertestillende medicin 3-5 dage efter operationen
- Frembulingen, der var forårsaget af brokket, vil være forsvundet umiddelbart efter operationen

## 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 Capiós 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)
- Forbereder isposer til at lægge på operationsområdet. Du kan med fordel lægge flydende brun sæbe i fryseren eller købe poser med f.eks. frosne ærter

### **Forberedelser på operationsdagen**

- Du skal tage et bad og vaske hår inden operationen (hårvask kan gøres dagen inden) samt rense navlen grundigt med sæbe og eventuelt en vatpind. Du skal undgå at smøre bodylotion på huden i operationsfeltet efterfølgende
- Har du hårvækst i operationsområdet, anbefales det, at denne fjernes på hospitalet
- Du må ikke bære smykker og kontaktlinser. Du må gerne bære briller og høreapparat
- Iklæd dig gerne løstsiddende tøj, der er nemt at få af og på efter operationen

### **Medbring**

- Mobiltelefon og oplader, så du kan være i kontakt med dine pårørende
- Gerne underholdning f.eks. (lyd)bøger, -blade og høretelefoner

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.

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.

Inden udskrivelsen informeres du om operationens forløb og om de forholdsregler, der efterfølgende er.

Du kan regne med at blive udskrevet 3-5 timer efter operationens start og du skal selv sørge for hjemtransport. Du må ikke selv køre bil i 24 timer efter du har været i fuld bedøvelse.

Se i øvrigt punktet "Bilkørsel" i afsnittet "Aktiviteter og daglige gøremål" eller klik [her](#) for anbefalinger til genoptagelse af bilkørsel.

## Smerter

Det er forventeligt, at der er smerter i operationsområdet umiddelbart efter operationen. Styrken af smerter er individuel, og aftager som regel i løbet af 3-5 dage efter operationen.

Smerterne behandles med Paracetamol og Ibuprofen, som du kan købe i håndkøb på apoteket (se oplysninger om medicin under afsnittet "Anbefalinger til forberedelser inden operationen" eller ved at klikke [her](#)).

Ved behov udskrives stærkere smertestillende medicin, som efterfølgende kan hentes på et apotek ved hjælp af dit sygesikringskort.

## Mobilisering

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

Det er vigtigt, at du også er oppegående når du kommer hjem, dvs. at du ikke udelukkende ligger eller sidder stille. Det anbefales at lave venepumpeøvelser når du hviler, hvor du vipper med fødder og tæer.

## Forbinding

Efter operationen får du et plaster over operationssåret. Plastret kan fjernes efter 24 timer, hvis såret er tørt.

Nogle gange anlægges en komprimerende forbinding (en forbinding, der presser på såret) over plastrer, hvis formål er at mindske risikoen for blodansamling. Denne forbinding kan fjernes efter et døgn.

## Fjernelse af sting eller klips

Hvis såret på maven er lukket med tråde eller klips, der skal fjernes, kan disse fjernes hos din egen læge efter 10-12 dage.

Hvis såret er lukket med tråde, der opløser sig selv, skal disse ikke fjernes. Sidder der alligevel små rester af tråd efter 2 uger, kan du forsigtig fjerne disse med en pincet eller nulre dem af.

Inden du udskrives, bliver du informeret om hvad, der er brugt til at lukke operationssåret med.

## Hævelse og misfarvning

Efter operationen, opstår der ofte hævelse i operationsområdet hvor brokket sad, som skyldes væskeansamling. Hævelsen vil normalt forsvinde i løbet af 1-3 måneder.

Hævelse og blodansamling kan mindskes ved at lægge en ispose på operationsområdet 20 minutter ad gangen flere gange dagligt. Det er vigtigt, at du lægger et klæde omkring isen og ikke lægger isposer direkte på operationsområdet eller på et område med nedsat følesans (se afsnittet "Anbefalinger til forberedelser inden din operation" for idéer til isposer eller klik [her](#)).

## Ar

Operationen vil efterlade et ar svarende til operationssnittet.

Arret er mest synligt og rødligt i tiden efter operationen, hvorefter dette gradvist aftager.

For at opnå så pænt et ar som muligt anbefales det at sættes brun englehud (kan købes på bl.a. apoteket) over arret i ca. 3 måneder efter operationen. Yderligere bør arret beskyttes mod solen ca. 1 år med tøj eller solblokker.

## Aktiviteter og daglige gøremål

- Lettere fysiske aktiviteter: F.eks. lettere rengøring og gåture kan genoptages et par dage efter operationen. Du bør udelukkende bevæge dig i det omfang du kan, indtil du får smerter. Efterhånden kan du udvide aktiviteterne
- Aktiviteter der indebærer tunge løft kan genoptages efter 2 måneder
- Bad: Du kan tage brusebad når plastret er fjernet og såret er tørt. Af hensyn til infektionsrisiko frarådes det at bade i badekar, svømmehal og havvand i minimum 14 dage efter operationen og indtil sårene på maven er tørre og lukkede
- Seksuelt samliv: Efter lyst og evne
- Bilkørsel: Du bør være opmærksom på at du ikke selv må køre bil:
  - Før du kan føre en bil forsvarligt. Dvs. har sikret dig, at du f.eks. kan foretage en katastrofeopbremsning og ellers er i stand til at reagere ansvarligt i trafikken
  - Hvis du har taget stærk smertestillende medicin (medicin med rød advarselstrekant)

## Sygemelding

Kirurgen har ved forundersøgelsen informeret dig om hvor længe du kan forvente at være sygemeldt.

## Opfølgning efter udskrivelsen

Oftest er der ingen kontrol efter operationen. Du vil blive informeret om dette inden du udskrives.

## Komplikationer

Risikoen for komplikationer efter operationen er lille og kan afhænge af bl.a. din sundhedstilstand og alder.

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 indgreb er der en lille risiko (under 5 %) for at der kan komme infektion.

Tegn på infektion:

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

Hvis du pga. 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

Risikoen for blodpropper efter operationen er meget lille.

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

## Blødning

Blødning efter operationen ses sjældent. En blødning, der mod forventning ikke stopper, kan kræve et mindre indgreb i fuld bedøvelse. En blødning i en sådan grad vil oftest forekomme de første timer efter operationen og opdages ved tiltagende hævelse og smerter.

## Længerevarende smerter

Det skønnes at 3-5% af patienterne, som opereres for navlebrok, får kroniske smerter i operationsområdet.

## Tilbagefald af brokket

Efter en operation for brok er der ca. 5% risiko for tilbagefald af brokket.



## Egne notater

Her kan du notere dine eventuelle spørgsmål til os, så du kan huske dem, når vi taler sammen igen, eller du ankommer til din operation.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Kontakt

Du er altid velkommen til at kontakte os, hvis du har spørgsmål, du ønsker svar på.

Du kan finde vores kontaktinformationer på Capios hjemmeside:

[www.capiro.dk](http://www.capiro.dk)

Version 2  
Dato: juni 2023  
Revideres: juni 2026  
Udarbejdet af AKH  
Godkendt af MHAU