

# Dagsprogram for pasienter operert med rør- / ygraft

## Aktivitet

For å komme seg så raskt som mulig er det viktig å være i aktivitet. Det forventes at du er mer ute av sengen for hver dag. Du må gjerne dusje fra 2. dag etter operasjonen.

## Fysioterapi

Se egen informasjon gitt fra fysioterapeut på forundersøkelsen. Du vil få hjelp til å gjennomføre disse øvelsene.

## Vekt

Du blir veid før operasjonen og daglig inntil utskrivelsen. Har du økt mer enn 3 kg etter operasjonen skyldes dette væskeoppsamling i kroppen. Du vil evt. få vann drivende medisiner.

## Ernæring

For å komme seg raskt etter operasjonen er det viktig at du spiser og drikker så normalt som mulig. Tyggis får tarm bevegelsen i gang etter operasjonen. Du kan vanligvis begynne å drikke og spise på Intensiv avdeling. Sykepleier vil tilby deg evt. 4 proteindrikker daglig, i tillegg til den vanlige maten som du spiser. Du bør drikke 2 liter væske daglig.

## Smertes

Operasjonen foregår med kombinert full narkose og ryggbedøvelse (epidural). Epiduralkateteret blir lagt inn før du får narkose. Dette er et tynt kateter som gir deg god smertelindring etter operasjonen. Det fjernes 3. dag etter operasjonen.

Etter operasjonen vil du kunne få smerter i operasjonssåret. Dette oppleves forskjellig. Det er viktig at du forteller personalet om evt. smerter og hvordan de føles slik at du får smertestillende medikamenter. God smertelindring fører til raskere rekonvalesens.

Sykepleier vil spørre deg om du har smerter, og måle dine smerter ut i fra en smerteskala (NRS) fra 0-10 - hvor 0 er ingen smerter og 10 er helt uutholdelig smerter. Du vil få smertestillende ut ifra ditt behov.

## Operasjonsdagen

Operasjonen tar ca. 2-3 timer. Oppvåkningen vil foregå på intensiv avdeling, hvor du tilbringer den første natten. Her skal du opp på sengekanten. Du begynner med C-pap for å unngå lungekomplikasjoner.

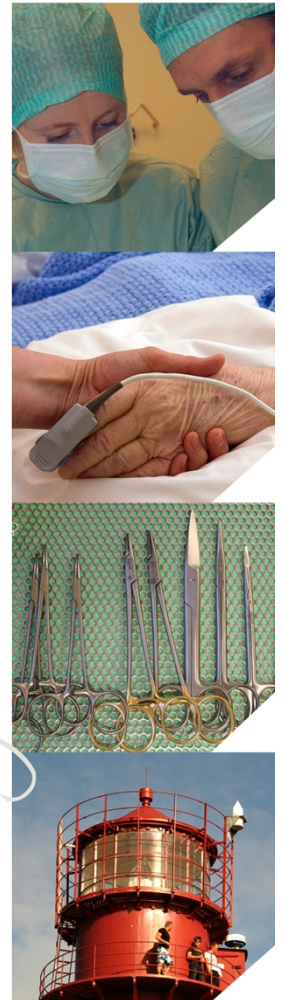
## Dag 1 etter operasjonen

Du skal sitte i stol 2 timer på formiddagen. Det forventes at du sitter oppe til måltidene og i tillegg går 2 turer på ca. 50 m med prekestol. I alt skal du være oppe av sengen 4 timer.

For å få i gang tarmen så rask som mulig vil du morgen og kveld få avføringsmiddel (Laxoberal dråper).

## Dag 2 etter operasjonen

Du sitter oppe til måltidene. Din gangtrening økes til minst 4 turer av 50m. I alt skal du være oppe av sengen 6 timer.



trygghet når du trenger det mest

### Dag 3 etter operasjonen

Aktivitetsnivået er økt så du er nå oppe det meste av dagen og kvelden uten bruk av hjelpemidler (minimum 8 timer). Epidural kateteret fjernes. Du får smertestillende etter behov. Utskrivelse planlegges.

### Dag 4-6 etter operasjonen

Forventet utreise fra sykehuset er 4-6 dager etter operasjonen. Du er klar til å utskrives når følgende kriterier er oppfylt:

- Du er oppegående og selvhjulpen
- Du spiser og drikker tilfredsstillende
- Du er ikke plaget av kvalme eller store smerter
- Du har hatt avføring og vannlatning uten problemer
- Operasjonssåret er tørt og uten tegn til infeksjon

### Poliklinikk kontroll

10-14 dager etter operasjon skal du fjerne metallstiftene/stingene i operasjonssåret hos fastlege. Kontroll på kirurgisk poliklinikk etter 4-6 uker og etter 1 år. Skriv gjerne opp ting du lurer på forhånd, og ta med på kontroll timen. Vi anbefaler at du tar med pårørende.

\_\_\_\_\_  
Dato/ pasientens underskrift

\_\_\_\_\_  
Dato/ sykepleiers underskrift

trygghet når du trenger det mest