

Patientinformation efter framfallsoperation

Du har opererats för: _____

Ansvarig operatör: _____

Sjukskrivning: _____

Recept: _____

Smärta och stygn

Smärta är vanligt första veckan efter operationen, men även under hela läkningsförloppet. Efter en operation i slidans bakvägg eller mellangård kan det göra väldigt ont de första dagarna och kännas som ett tryck bakåt mot ändtarmen. Vi rekommenderar värktabletter regelbundet den första tiden, till exempel 1–2 tabletter Paracetamol 500 mg (max 8/dygn) och/eller Ibuprofen 400 mg (max 3/dygn). Ibland förskrivs även ett litet recept på morfintabletter som komplement. Stygnen försvinner av sig själva.

Blödning

Det är vanligt med blödningar och ökade flytningar som är blodtillblandade under läkningen. Använd binda, inte tampong efter din operation. Du bör kontakta sjukvården om flytningarna luktar illa.

Hygien

Duscha i stället för att bada så länge du har flytning. Lokalt östrogen kan du börja använda efter tre veckor.

Vattenkastning

Första tiden efter operationen är det vanligt att det går lite trögare att tömma blåsan och att det känns annorlunda att kissa. Slappna av och ge dig tid för att tömma blåsan. Det kan hända att du behöver vänta någon minut och kissa ytterligare en gång för att tömma blåsan helt. Observera att alkohol kan göra det svårare för dig att tömma blåsan. Det går inte att förutspå hur eventuellt urinläckage påverkas av en framfallsoperation. 10–15% av kvinnor kan få nytillkommet urinläckage efter operationen, eftersom vinkeln på urinröret ändras.

Tarmfunktion

Undvik förstoppning och kraftig krystande första månaden. Ät mjukgörande kost och ta mjukgörande medel. Du kan vid behov använda det i flera veckor. Tarmtömning förbättras hos ungefär hälften av patienterna som genomgår framfallsoperation, dock botas inte avföringsläckage eller förstoppning av en framfallsoperation.

Samliv

Du bör undvika samlag i ca 6 veckor efter ingreppet så att vävnaden hinner läka. När samlivet återupptas är det vanligt med yttlig samlagssmärta och en känsla av stramhet. Det brukar gå över med tiden. Vi rekommenderar glidmedel när man återupptar samlivet efter en framfallsoperation. Glidmedel kan köpas receptfritt på alla apotek.

Fysisk aktivitet

De första 3–4 veckorna efter operationen ska du inte utsätta bäckenbotten för påfrestningar i form av tunga lyft eller träning. Promenader eller annan lugn aktivitet går bra. Bäckenbottenträning kan man återuppta några dagar efter operationen under förutsättning att det inte orsakar smärta. Maximal stabilitet och läkning i området uppnås efter tre månader, tills dess bör framför allt tunga lyft undvikas. Kontakta fysioterapeut för rådgivning kring fortsatt träning.

Sjukskrivning

Sjukskrivningstiden varierar mellan 2–5 veckor beroende på ingreppets omfattning och vilken typ av arbete du har. Din läkare kommer informera dig om detta efter operationen. Sjukintyget skickas elektroniskt till ”Mina Sidor” på 1177 och om den är längre än två veckor så skickas den även elektroniskt till Försäkringskassan.

Uppföljning

Vanligen sker inget återbesök. I vissa fall kan det dock finnas skäl att boka en uppföljning efter operationen, i så fall berättar operatören det för dig. Ett frågeformulär kommer att skickas till dig efter cirka åtta veckor samt tolv månader efter din operation som kvalitetsuppföljning. Om du anger i dessa att du har kvarstående besvär, kommer du att kontaktas av kvinnokliniken.

Problem efter operation

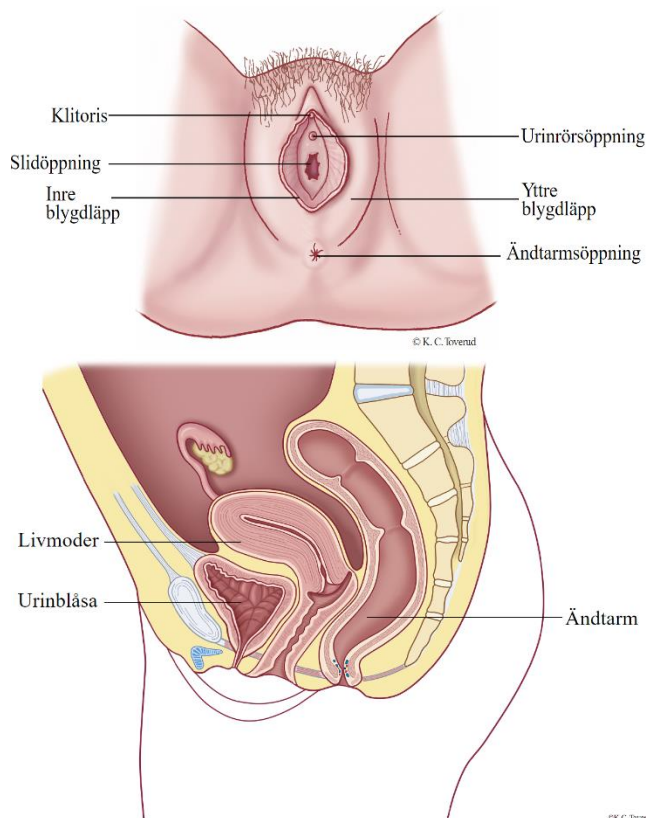
En operation innebär alltid en viss risk för komplikationer, tex urinvägsinfektion. Förstoppning är ett vanligt besvär efter operationen, därför rekommenderas du mjukgörande medel för avföringen. Vid onormala smärtor, problem med tarmtömning, feber, illaluktande flytningar, tecken på sårinfektion i anslutning till operationen, kontakta sjukvården.

Kontaktinformation VO Obstetrik och gynekologi

Länets gynmottagningar: 010-452 63 00

Gällivare sjukhus gynavdelning: 0970-196 83

Sunderby sjukhus gynavdelning: 0920-28 20 49



Källa: 1177