

OVERVEKTSKIRURGI

Innleggelse og opphold på Haugesund sykehus



Velkommen til Kirurgisk avdeling, post 4 vest. Dette er en post for pasienter med sykdommer i mage/tarm (gastroenterologi) og for pasienter med sykdommer i urinveiene (urologi). Pasienter som blir operert for overvekt (bariatrisk kirurgi) behandles også her.

Avdelingen har egen kreftsykepleier, stomisykepleier, uroterapeuter (sykepleiere med spesialutdannelse i sykdommer i urinveiene). Det er også overvektsykepleiere som både har polikliniske kontroller og jobber i avdelingen.

Sykepleierstudenter i praksis vil du også treffe på vår avdeling.

Vi er delt inn i 4 grupper med fast personale på hver gruppe. Vi har tre gastrogrupper (mage/tarm) og en urologi gruppe. Vi håper du finner deg til rette hos oss.

Du skal opereres på vår avdeling og vi ønsker å orientere deg om det som skjer med deg under oppholdet.

Vi ønsker derfor at du tar deg tid til å lese denne informasjonsbrosjyren.

Er det noe du lurer på underveis, er det svært viktig at vi blir spurt om utfyllende opplysninger.

KONTAKT OSS

Kirurgisk avdeling, post 4 vest

Telefon: 52 73 24 30

Åpent hele døgnet.

Praktisk informasjon til deg som pasient

VAKTSKIFTE

Personalet har vaktskift tre ganger i døgnet med rapport til neste vaktskift:

07.00-07.30, 14.00-14.30 og 21.40-22.00

LEGENES ARBEIDSTID

07.30-16.00

MEDISINRUNDER

- 8.00-09.00
- 12.00-13.00
- 16.30-17.00
- 20.30-21.30

Behovsmedisin utleveres utenom medisinrunder.

DØGNRYTME

- Morgenstell starter ca. 7.30
- Frokost kl 8.00
- Legevisitt fra kl 9.00
- Lunsj kl. 12.00
- Middag kl. 15.00
- Kveldsmat kl. 18.30
- Kveldssuppe kl. 21.00

STØTTESTRØMPER

For å forebygge blodpropp, må du kjøpe støttestrømper (antitrombosestrømper). De kan kjøpes på apotek eller butikker som selger helseartikler. Du skal bruke knelang modell, målt etter leggykkelse. Det anbefales å kjøpe strømpene forholdsvis kort tid før operasjonen, da vekttap under dietten før operasjonen kan virke inn på leggomkrets.

KANTINE

Det er pasientkantine for pasienter. Pasienter som er oppegående skal bruke denne. For pasienter som skal opereres for overvekt, er det kun dagen før operasjon kantinen kan benyttes. Ha på deg privattøy når du besøker kantinen.

Åpningstider

Frokost: 8.00-9.30

Lunsj: 11.30-13.00

Middag: 14.30-15.30

Kveldsmat: 18.30-19.30

VISITID FOR PÅRØRENDE

- Hver dag kl. 17.00-18.30

Besøk utenom disse tidene må avtales med personalet. Det er ønskelig at det er en hovedpårørende som tar kontakt med avdelingen og at denne igjen informerer øvrige familiemedlemmer.

PRESTETJENESTE

Ved behov for prest kan du ta kontakt med personalet og vi vil formidle kontakt.

SOSIONOM

Ved behov for sosionom kan du ta kontakt med personalet og vi vil formidle kontakt.

INTERNETT

Trådløst internett er gratis for pasient, pårørende og besøkende. Velg nettverk: gjest.ihelse.net. Brukernavn og passord for pålogging blir sendt på SMS. Vær kritisk til informasjon om sykdom og behandling som du finner på internett.

Dagen før operasjon

Du kan spise eller drikke den dietten du går på.

Etter klokka 12.00 skal du bare ha flytende kost, dvs. supper og drikke. Dette for at magesekken skal være tømt før operasjon. Pass på at du drikker nok denne dagen. Dagsbehovet er ca. 2 liter.

Innleggelse

Vi praktiserer to innleggelsestider for gastric bypass/ sleeve pasienter. Enten du blir innlagt dagen før operasjon eller operasjonsdagen er det viktig at du uansett møter dagen før operasjon for bl.a. vektkontroll og blodprøver. Du vil få tilsendt brev om dato og tidspunkt.

DETTE MÅ DU HUSKE Å TA MED VED INNLEGGELSE

- Peep-fløyte (fra fysioterapeut)
- Støtte/stasestrømper (skal tas på før du kjøres til operasjon)
- Cpap-apparat dersom du bruker dette
- Evt. pulverdiett dersom du bruker dette

Pasienter som legges inn dagen før operasjon (mandag)

- Du henvender deg i resepsjonen i 4.etg for registrering.
- Vektkontroll og informasjon av sykepleier
- Kl. 15.00: Informasjon av kirurg
- Kl. 16.00: Blodprøver

FORBEREDELSE TIL OPERASJON

- Dusj med grundig vask, obs navle.
- Barbering av operasjonsområdet og skjegg
- Fjerne neglelakk
- Fjerne piercing'
- Syrehemmende brusetablett om kvelden
- Anestesisykepleier legger inn venekanyler kl. 20.30 (må ha dusjet først).
- Faste fra kl. 24.00, dvs. ikke spise/ drikke/røyke/bruke snus, drops eller tyggegummi

RUTINER FOR OPERASJONSDAGEN

- Lett morgenstell (rett før kl. 06). Husk støttestrømper.
- Du mottar intravenøs antibiotika og syrehemmende medikament
- Vannlatning rett før du går til operasjon.
- Første pasient kjøres til operasjon kl. 07.45. Neste pasient ca. to timer etterpå.

Pasienter som legges inn operasjonsdagen (tirsdag)

- Du henvender deg i resepsjonen i 4. etg for registrering på mandagen, se brev for tidspunkt
- Vektkontroll og informasjon av sykepleier
- Kl. 15.00: Informasjon av kirurg
- Kl. 16.00: Blodprøver

Etter dette reiser du hjem igjen.

FORBEREDELSE TIL OPERASJON - MANDAG KVELD

- Dusj med grundig vask, obs navle. Ta på nyvasket tøy etter dusj
- Barbering av operasjonsområdet (hele magen nedenfor ribbeinsbue) og skjegg
- Fjerne neglelakk
- Fjerne piercing
- Ta syrehemmende brusetablett
- Faste fra kl. 24.00, dvs. ikke spise/ drikke/røyke/bruke snus, drops eller tyggegummi)

RUTINER FOR OPERASJONSDAGEN

- Lett morgenstell operasjonsdagen, ikke dusj
- Møt opp på kirurgisk vestblokk kl. 7.20. Svært viktig at det ikke blir forsinkelser, da det vil påvirke videre program.
- Du tildeles seng og operasjonstøy, husk å ta på støttestrømper
- Innleggelse av venekanyle kl. 7.30-08.00
- Du mottar intravenøs antibiotika og syrehemmende medikament
- Vannlatning rett før du går til operasjon

På operasjonsavdelingen

Du blir kjørt til operasjon i seng. Du skal selv gå fra seng til operasjonsbordet, og tilbake etter operasjon.

Etter operasjonen blir du kjørt til intensivavdelingen for overvåkning. Du kommer tilbake til avdelingen om ettermiddagen. Noen kan bli liggende over på intensiv avdeling til neste dag.

Det er viktig med mobilisering allerede operasjonsdagen.

Du bør være litt oppe og gå, og sitte i stol i perioder.

Hele operasjonsdagen må du faste, og du får væske og medisiner (smertestillende, kvalmestillende og syrenøytraliserende) intravenøst.

Smertestillende blir gitt etter fast skjema. Skulle en likevel ha smerter må du gi beskjed om dette.

Første dag etter operasjon

Drikke 3 dl. vann. Du får også to liter intravenøs væske. Ikke drikk mer enn 1 dl på 20 minutter den første tiden. Begynn med svært små slurker. For store mengder kan gi smerter og uheldig press på den nyopererte magesekken.

Det forventes at du er mest mulig ute av senga og i bevegelse. Det anbefales bruk av eget tøy. Husk støttestrømper.

Andre dag etter operasjon

Drikkemengden økes til 1 liter. Drikk fortsatt små slurker, og fordel den ene literen over hele dagen. Du får en liter intravenøs væske. Smertestillende blir gitt som stikkpiller og du får syrehemmende sugetablett.

Ernæringsfysiolog gir muntlig og skriftlig kostveiledning. Å følge kostrådene som blir gitt er avgjørende for et vellykket resultat.

Du blir utskrevet med sykemelding i 6 uker. Bruk sykemeldingsperioden godt. Innarbeid gode rutiner for resten av livet med hensyn til både mat og mosjon.

Les også Informasjon ved gjennomgått gastric bypass/sleeve operasjon

Agraffer/sting

Fjernes 12 – 14 dager etter operasjon hos din fastlege. Bruk bandasjer/plaster på sårene til agraffene/stingene er tatt. Bandasjer kan kjøpes på apotek. De byttes etter dusj og ellers ved behov.

Kosthold

De 10 første dagene skal du bruke flytende kost. Se nærmere informasjon fra ernæringsfysiolog. Det anbefales minst en næringsdrikk daglig de første månedene (evt. proteinpulver som kjøpes på apotek og blandes i væske).

Så følger to uker med moset mat, bruk stavmikser. Det er viktig å tygge maten godt når en går over til normal kost.

Det er viktig å få i seg nok drikke. Det anbefales 1,5 – 2 liter. Maksimum 3 liter.

Medisiner

De første syv dager etter operasjon må de som bruker medisiner knuse disse, eventuelt få andre alternativer dersom tablettene ikke kan knuses. Dette må avklares med sykepleier/lege før utskriving.

Det sendes e- resept på medisiner, vitaminer og mineraler. På apoteket ligger de medisinene du skal bruke klare til avhenting.

Det koster for tiden rundt kroner 1300. Næringstilskudd kommer i tillegg, tilsammen ca. 1700 kroner. Du kan få giro som må betales innen 2 uker.

- Lanzo melt: Denne brukes for å beskytte magesekkslimhinnen. Den startes med like etter operasjon, og brukes i 14 dager.
- Somac: Beskytter magesekkslimhinnen. Startes med etter Lanzo melt kuren er ferdig, og brukes i 10 uker
- Multivitamin, Calcigran og jerntabletter starter en med når en begynner med moset mat, eller en kan vente til en starter med fast føde. Det anbefales å bruke Multivitamin og Calsigran resten av livet, og i tillegg tran/omega-3.
- Ursofalk/Ursochol starter en opp med ved fast føde, og skal brukes i ca. 3 mnd. Har du fjernet galleblæren trenger du ikke denne medisinen.
- Betolvex/ Vitamin B12 injeksjon skal tas hver 3. måned. Denne skal tas første gang 3 mnd. etter operasjon. Dette kan gjøres hos fastlege.

Etter gastric bypass og gastric sleeve skal en være oppmerksom på at noen smertestillende midler ikke skal brukes pga økt fare for utvikling av bl.a. magesår. Dette gjelder bl.a. Ibox, Naproxen og Voltaren (såkalte NSAIDS-preparater) og midler som inneholder acetylsalisylsyre. Det bør alltid avklares med lege før slike medikamenter blir brukt.

Fysisk aktivitet og forebygging av blodpropp

Støttestrømper for å forebygge blodpropp skal brukes 10 dager etter operasjon. De kan tas av om natten.

Det er viktig å komme tidlig i gang med fysisk aktivitet. En skal unngå tunge løft 6 uker etter operasjonen, ellers kan all aktivitet utføres.

Vær oppmerksom på

- Kraftige innsettende smerter i magen den første uka etter operasjon, eller følelse av å være dårlig, feber mm. Dette kan være en sjelden komplikasjon, og en må ta kontakt med sykehuset for eventuell nærmere undersøkelse.
- Rødhet eller væsking fra operasjonssår. Ta kontakt med overvektsteamet eller fastlege.
- Noen opplever treg mage etter operasjonen. Vi anbefaler da laktulose/duphalac (kjøpes på apotek) og at en drikker rikelig.
- Svartfarget avføring kan forekomme like etter operasjon, og når en har begynt på jerntabletter.
- Flytende kost kan inneholde en del melkeprodukter, og kan gi hvitt belegg på tunga. Dette går over når en starter med annen kost.
- Vi minner om at røyking bl.a. kan føre til økt risiko for magesår etter gastric bypass og gastric sleeve operasjoner.

Oppfølging

Du vil få innkalling til rutinemessige kontroller etter 2 måneder, 6 måneder, 1 år, 2 år og 5 år. Det blir tatt blodprøver ved hver kontroll. Lærings- og mestringssenteret tilbyr mestringkurs for overvektsoopererte og pårørende. Dette kurset går over en dag. Du henvises automatisk til dette av overvektsteamet når du har gjennomgått operasjon, det er frivillig å delta. Du må selv melde avbud om dette ikke passer.

Gastric bypass-kort

Ved utskrivelse skal du få utdelt et såkalt «gastric bypass-kort». Dette kortet bør oppbevares i lommebok e.l. da det gir viktig informasjon til for eksempel sykehus i utlandet om hvilke helsetilstander du er i økt fare for å få. Det kan også brukes som bekreftelse til spisesteder om at du må få bestille halv porsjon middag pga. helsemessige årsaker.

Plager og komplikasjoner som kan oppstå etter gastric bypass og gastric sleeve

Dumping oppstår etter måltid (særlig etter søte og/eller fete matvarer) og kan gi symptomer som hjertebank, kvalme, magesmerter, slapphet, søvnighet, svetting, svimmelhet, oppkast, diare. Dette skjer som regel innen 30 minutter etter måltid. Varer fra 20 minutter til et par timer.

KULDEFØLELSE OG HÅRAVFALL

Mange fryser lett og har vansker med å holde varmen etter større vekttap. For de fleste vil dette bedre seg når kroppen har tilpasset seg ny vekt. Mange opplever hårtap når en er i vektnedgang. Dette fordi kroppen er i en underernæringstilstand. For de fleste vil dette ha bedret seg innen det første året.

VITAMIN OG/ELLER MINERALMANGEL

Både pga. mindre mengder mat og nedsatt opptak av næringsstoffer vil de fleste utvikle vitamin- og/eller mineralmangel før eller senere. Derfor er det viktig å bruke anbefalte tilskudd.

GALLESTEIN

Kan oppstå ved rask vektnedgang. Det blir brukt Ursochol for å forebygge dette. Likevel er det noen som får plager med gallesteinsmerter og trenger operasjon for å fjerne galleblæren.

MAGESÅR

Kan oppstå, særlig i sømmene mellom magesekk og tynntarm. Det blir gitt Somac de første ukene etter operasjon for å forebygge dette. Røyking kan forårsake magesår. Sårtilheling blir hindret av røyking. Bruk av smertestillende medikamenter som acetylsalisylsyre, Ibux, Naproxen og Voltaren (såkalte NSAIDS-preparater) øker faren for utvikling av magesår.

INTERN HERNIERING

Indre brokk (tarm som kommer i klem) kan oppstå. Det krever røntgenundersøkelse (CT) og operasjon nokså raskt. En skal ikke nøle med å ta kontakt med lege om sterke innsettende magesmerter oppstår.

OVERSKUDDSHUD

Etter hvert som vekten går ned blir det en del overskuddshud som kan bli både et kosmetisk og et medisinsk problem. Det er ingen generell behandlingsgaranti for plastikkirurgisk korreksjon etter overvektsoperasjon i det offentlige helsevesenet, men pasientene har rett til en individuell vurdering. Henvisning til plastikkirurgisk vurdering foretas av fastlegen.

PSYKISK HELSE

Ved rask vektnedgang kommer en i en underernæringsstilstand som kan påvirke den psykiske helsen. En kan bli tom for energi, få psykisk reaksjon som nedstemthet/depresjon, bli økt irritabel, kjenne seg engstelig og utrygg. For de fleste er det hjelp nok å vite om at dette kan skje, eller å snakke med noen som har vært gjennom det samme.

Skulle en ha behov for mer hjelp bør en oppsøke fastlege og evt. kontakte overvektspoliklinikken for konsultasjon. Det er mulig å henvise til psykologspesialist i spiseforstyrrelser.

Kontaktinformasjon

Overvektspoliklinikken har åpent mandag og torsdag fra 08.00-15.00. Telefon 52 73 24 00.

Suksessfaktorer for et varig resultat av operasjon

- Regelmessig fysisk aktivitet: 40 minutter 5 dager i uken eller 30 minutter daglig
- Regelmessige, små måltider. Husk frokost!
- Fiberrik og fettfattig kost. Vær obs på sukkerinnhold
- Før gjerne mat- og aktivitetslogg

LYKKE TIL!



www.helse-fonna.no