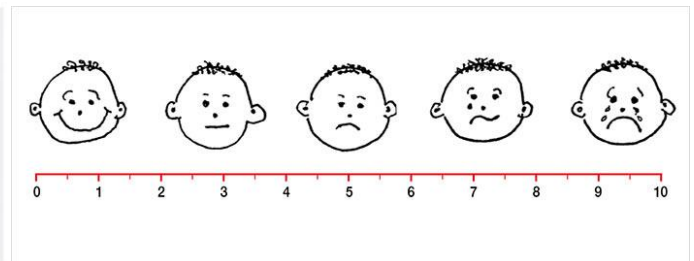


## Behandling av operationssmärta

Smärta kan lindras med många olika metoder och mediciner. På sjukhuset kan smärtlindringen diskuteras med personalen som ansvarar för vården. Med hjälp av tillräcklig smärtmedicin kan du andas djupare och mer effektivt vilket leder till att hela kroppen får syre och mår bättre. Effektiv smärtlindring underlättar sömnen, ätande och att vara i rörelse efter operationen.

## Utvärdering av smärtan

Styrkan av smärtan mäts med ett smärtskattningsinstrument som baserar sig på ansiktsuttryck eller siffror. Med nummer noll (0) menas ingen smärta och nummer tio (10) den värsta tänkbara, outhärdlig, smärta. Siffrorna från noll till tre (0-3) menar att smärtan inte stör läsande, sovande, hostande eller att vara i rörelse. Man skall inte underskatta eller överdriva smärtan. Berätta genast om smärtan förvärras.



## Medicinsk smärtlindring

Anestesi­läkaren planerar och ordinerar din smärtlindring. För att smärtan skall hållas under kontroll är det viktigt med regelbunden smärtmedicinering. Effekten och tillräckligheten av medicineringen följs upp under tiden på sjukhuset och doseringen justeras så att den passar dig. I samband med medicineringen kan det uppstå biverkningar, såsom illamående eller klåda. Berätta genast om dina symptom åt personalen.

## Smärtbehandling utan läkemedel

Medicinbehandling­en av smärtan optimeras med behandling utan läkemedel. Ditt tillstånd kan lindras med t.ex. kylförpackning, förband som stöder operationsområdet, dynor, byte av ställning och avslappning genom att t.ex. lyssna på musik eller se på tv. Låt den vårdande personalen veta ifall du har egna sätt att lindra din smärta.

## Smärtlindring hemma

Följ anvisningarna angående smärtmedicinen som läkaren ordinerat. Kontakta den vårdande enheten eller jouden ifall smärtan ökar trots smärtlindringsmetoder.