

## **Snarkningsoperation**

### **(LUPP/UPP/laseruvulopalatoplasti)**

#### **När behandlas snarkning med operation?**

Kraftig snarkning och flödesmotstånd i de övre luftvägarna orsakar sömnstörningar och trötthet på dagen. Om det är fråga om sömnapnésjukdom, är den primära behandlingen CPAP-behandling, det vill säga övertrycksbehandling via näsan. En CPAP-behandling lämpar sig i alla fall inte för alla och det kan behövas en operation, med hjälp av vilken man får mera utrymme i de övre luftvägarna. Vid en LUPP-snarkningsoperation avlägsnar man med laser uvula, d.v.s. gomspenen, en del av den mjuka gommen och halsmandlarna. Operationen kan också utföras utan laser, man talar då om en UPP-operation.

#### **LUPP-operation och Förberedelser**

Mediciner som påverkar blodcirkulationen (bl.a. Marevan, Primaspan, Aspirin, Disperin, Xarelto, Eliquis och Pradaxa) kan öka risken för blödning. Man skall på förhand komma överens med läkaren om deras användning. Operationen utförs under narkos. Sjukhusvistelsen efter operationen beror på hur patienten återhämtar sig och det allmänna tillståndet.

#### **Efter operationen**

Efter operationen är halsen sjuk och de anestesimedel som använts kan orsaka illamående och kräkningar. Vid behov får man från sjukhuset medicinering mot de här besvären.

Smärtan i svalget är som värst dagen efter operationen och den varar ofta 7–10 dagar.

Smärtan kan också stråla ut i öronen. Vid behandlingen av smärtan är det viktigt att man dricker mycket (minst 2 liter/dag) och har en tillräcklig smärtstillande medicinering. Det lönar sig att programmera in den smärtstillande medicineringen så, att medicinens effekt är som störst vid måltiderna. Medicineringen underlättar sväljandet, men den avlägsnar inte helt den smärta som sväljandet medför.

På grund av smärtan kan det i början vara svårt att äta. Det är viktigare att man får tillräckligt med vätska än att man äter. Under de två första dagarna skall drycken och maten vara kall, eftersom varm mat eller dryck gör att blodcirkulationen blir livligare och ökar risken för blödning. Lämplig mat under de första dagarna efter operationen är till exempel glass, kräm eller yoghurt. Maten skall i ett par veckors tid vara mjuk; man får inte äta grov mat som knäckebröd.

När man dricker kan det i början kännas som om vätskan skulle rinna till näsan. Besväret beror på, att gommen, som avkortats vid operationen, inte genast kan sluta till förbindelsen till bakre delen av näsan. Problemet går över av sig själv.

Andedräkten kan lukta konstigt i läkningsskedet. Lukten beror på den gråa beläggning som uppstår i svalget, beläggningen hör till den normala läkningen. Beläggningen lossnar av sig själv 1–2 veckor efter operationen. Det minskar lukten om man tuggar tuggummi och sköljer munnen med munvatten.

Efter operationen kan det synas blodstrimmor i spottet, något som är normalt. Om blödningen är rikligare lönar det sig att sätta en ispåse på nacken och halsen och samtidigt suga på en isbit. Den största risken för blödning är genast efter operationen, och den andra gången ungefär en vecka efter operationen, när den skorviga beläggningen i svalget lossnar och kan riva upp en liten blodåder när den lossnar.

För att förebygga efterblödningar är det viktigt att i ett par veckors tid undvika fysisk ansträngning, bastubad, solbad och andra faktorer som höjer blodtrycket. Det är bra att för natten höja huvudändan på sängen, så att blodtrycket skall vara så lågt som möjligt i svalgområdet.

Rösten kan låta nasal efter operationen. Den nasala stämman beror på att gommen avkortats. Symtomen kan vara i upp till 1–3 månader, men är övergående. Under de första dygnet efter operationen kan det också förekomma snarkningar, eftersom svalget är svullet.

Sjukledigheten är i allmänhet 2 veckor lång. Under sjukledigheten är all fysisk ansträngning förbjuden. Man kommer vid utskrivningen från sjukhuset överens om eventuell eftergranskning.

## **Möjliga problem**

Om det uppstår nedanstående problem, så skall man ta kontakt med det sjukhus som utfört operationen:

- Det börjar rinna mera blod än några strimmor från svalget eller från näsan, och blödningen upphör inte med hjälp av ispåsar inom 10–15 minuter.
- Det uppstår feber över 38 grader. En liten temperaturstegring hör till det normala tillfrisknandet.
- Tillståndet försämras, kräkningar och kraftlöshet.
- Smärtan i halsen är olidlig, trots regelbunden medicinering.
- Det går inte att svälja vätskor.