

## Bräckoperation

Med ett bräck menas en öppning eller ett svagt ställe i bukväggen, där tarmslingor eller oment (delar av bukhinnan) kan tränga sig ut och bilda en påsliknande utbuktning. Ett av de vanligaste ställena på kroppen där bräck kan uppstå är i ljumskarna. Man kan också få bräck i naveln, bredvid naveln, i mellangärdet (diafragma) eller i ett operationsärr. När man ligger på rygg slinker bräcket ofta tillbaka i bukhålan eller så kan man trycka det tillbaka.

### Före du kommer till sjukhuset

- Tvätta dig noggrant kvällen före operationen eller på operationsdagens morgon.
- Håren på operationsområdet rakas först på sjukhuset p.g.a. infektionsrisk.
- Fyll noggrant i förhandsuppgiftsblanketten och ta den med till avdelningen.
- Klä dig i rena kläder som är lätta att klä på sig.
- Kontakta den vårdande enheten ifall du har feber eller hudskada på operationsområdet.

### Operationen, vistelse på sjukhuset och sjukledighet

Bräckoperation görs antingen med titthåls- eller öppen teknik, i ryggbedövning eller under sövning. Vistelsen på sjukhuset är i medeltal 1-2 dygn. Längden på sjukledigheten varierar från två till tre veckor.

### Efter vården på sjukhuset

#### Fysisk aktivitet och hobbyer

- Flytta dig till och från sängen via sidan, då anstränger du inte operationsområdet. Det är viktigt att använda tekniken några veckor så att bräcket inte förnyas.
- Undvik tunga lyft och ansträngning tre veckor efter operationen.
- Att röra sig ute, lätt motion och en hälsosam kost främjar tillfrisknandet.

#### Sårvård

- Du får skilda sårvårdsföreskrifter.

#### Smärtlindring

- Efter operationen har man ont i såret några dagar. Använd värkmediciner enligt läkarens ordination.

**Ifall problem uppstår kontakta den vårdande enheten, hälsovårdscentralen eller juren.**