

## **För patient som kommer till ländryggradsoperation**

Avsikten med denna anvisning är att ge patienten och hens anhöriga väsentlig information angående kommande ländryggradsoperation.

### **Vård av bassjukdomar**

En bra vårdbalans av bassjukdomar såsom diabetes, astma, reuma och hjärt- och blodkärllsjukdomar minskar operationsriskerna och främjar snabbare återhämtning. I tillkallelsen får du sjukhusets anvisningar angående uppehåll av vissa mediciner före operationen. Det är absolut viktigt att dessa anvisningar följs.

### **Vård och förebygging av inflammationer**

Alla inflammationer bör vårdas före operationen. Granska därför hudens och naglarnas kondition. Huden vid operationsområdet bör vara hel och ren. Observera också sjudande områden, såsom tåmellanrummen, ljumskveckan, armhålorna och bröstunderlagen

Mun- och tandhälsan måste beaktas och ifall du inte varit på mun- och tandkontroll under ett år före operationen var god och kontakta tandläkaren. Kontrollen är nödvändig även om du har tandprotes.

### **Näring och vikthantering**

Hälsosamma levnadssätt främjar återhämtningen från operationen och återgåendet till normalt liv. Då du väntar på operationstiden lönar det sig att sköta om din hälsokondition så bra som möjligt. Övervikt förlänger återhämtningen från operationen och ökar operationsriskerna. Ifall du har märkvärdig övervikt vore det viktigt att du bantar kontrollerat i god tid före operationen. Vid behov får du hjälp från din hälsocentral.

### **Rökning och berusningsmedel**

Rökning försämrar märkvärdigt läkandet av såret och vävnaderna samt ökar inflammationsrisken. Rökning inskränker också blodkärlen. På grund av detta borde rökning avslutas 2 månader före den planerade operationen. Att sluta röka lönar sig alltid. Vid behov får du hjälp från din hälsocentral. Vårt sjukhus är rökfritt. Avnjutning av all slags berusningsmedel är naturligtvis förbjudet på vårt sjukhus och vi kan inte vårda en berusad patient.

## Före operationen

Beroende på åtgärden reserveras du antingen en tid till ett dagsbesök på avdelningen eller neurokirurgiska vårdplaneraren ringer och intervjuar dig 1-2 veckor före operationen. Du kommer till sjukhuset morgonen före operationen. Dagen före operationen får du ännu äta normalt, men efter klockan 24 bör du vara oäten och odrucken. . Duscha på kvällen eller på morgonen före operationen. Smycken, glasögonen och klocka bör avlägsnas före man går in i

## Efter operationen på sjukhuset

Efter operationen uppföljs ditt hälsotillstånd först på uppvakningsavdelningen. Efter operationen får du enligt mående äta normalt och röra dig på bäddavdelningen. Bra smärtlindring främjar din återhämtning och därför önskar vi att du aktivt bedömer dina smärtor. Operationssåret granskas på bäddavdelningen efter operationen och förbanden byts vid behov. Ifall såret efter ett dygn är torrt och rent kan du duscha normalt. Stygnen hålls vanligtvis på plats i 14 dygn, och de tas bort på ditt eget hälsocentral. Då du åker hem får du med dig hemvårdsanvisningar.

## Att röra sig

Efter operationen är det bra att stiga i upprätt läge så fort som möjligt, ifall läkaren inte beordrar annat. Upprätt läge främjar andningens och blodcirkulationens återgång till det normala. Man stiger upp för att sitta från sidoligg: böj knäna och vänd dig på sida, flytta benen över sängkanten och skuffa upp dig med händerna. Öva redan hemma på att sitta upp från sidoligg.

## Stödväst

Efter vissa ryggoperationer beordrar läkaren patienten en stödväst. Stödvästen provas på avdelningen efter operationen. Ifall du redan använder en stödväst ta med dig den till avdelningen.

## Hemfärd/förflyttning till fortsatt vård

Återhämtning och rehabilitering sker alltid individuellt. Hemfärden är möjlig vanligtvis dagen efter operationen. Observera att du vid behov kan förflyttas till fortsatt vård, till exempel till din egen hemkommuns sjukhus eller hälsocentral. Du får en uppföljningstid till den opererande läkarens poliklinik 2-3 månader efter operationen. Tiden får du i samband med din hemfärd. Under sjukledigheten rekommenderar vi lätt motion för att främja återhämtningen.

Var god och bekanta dig med ÅUCS neurokirurgiska verksamhet på Egentliga Finlands sjukvårdsdistrikts internetsidor. Tveka inte att kontakta oss vid behov.

Välkommen på vård!

Egentliga Finlands sjukvårdsdistrikt • [www.vsshp.fi/sv](http://www.vsshp.fi/sv) • Växel 02 313 0000

Denna anvisning är ämnad för våra patienter som är i ett vårdförhållande.