

## En åtgärd vid ändtarmsmyynningen

### Sårvård

- Det kan rinna blod och vävnadsvätska från ändtarmsmyynningen i cirka 2 - 3 veckor efter åtgärden.
- I synnerhet förekommer det här i samband med tarmtömningen.
- Du ska duscha ändtarmsmyynningen på både morgonen och kvällen, och alltid när du tömmer tarmen.
- Torka området rent med en handduk eller papper. Tryck lätt, gnid inte.

### Smärtlindring

- Det gör ont på området kring ändtarmsmyynningen efter åtgärden.
- Din återhämtning lindras betydligt av att du till en början använder regelbundet smärtstillande mediciner och i fortsättningen mot smärtorna vid behov.

### Tarmfunktionen

- Om din avföring är hård kan det göra ont att tömma tarmen. Diarrélik avföring kan ingen irritera området kring ändtarmsmyynningen.
- Se till att du under konvalescensen har en lämplig diet och rör på dig tillräckligt så att tarmen fungerar ordentligt.
- Ät fiberrik mat och drick tillräckligt med vatten.
- Om du har förstoppning kan du från apoteket köpa preparat som mjukar upp tarminnehållet (laktulos eller makrogol). Operationssåret och svullnaden på åtgärdsområdet kan orsaka tillfälliga förändringar i kontinensen, men dessa brukar vanligtvis gå över med tiden.

### Sjukledighet

- Läkaren skriver ett sjukledighetsintyg åt dig.
- Undvik kraftig ansträngning under sjukledigheten. Utomhusvistelse och annan lätt motion är bra och främjar återhämtningen.

### Uppföljningsbesök

Du har bokats ett uppföljningsbesök / en telefontid \_\_\_\_\_

Inget behov av ett på förhand avtalat uppföljningsbesök.

**Vid problemsituationer kontakta den opererande enheten eller akutmottagningen utanför tjänstetiden.**

Ta kontakt ifall

- du känner tilltagande smärta på området kring ändtarmsmyrningen
- blödningen är konstant eller den blir varig
- febern stiger till över 38 grader.