

# Planlagt kejsersnit

Det er besluttet, at du skal føde ved kejsersnit. Inden dagen for kejsersnittet skal du til en forundersøgelse på hospitalet. Her skal du tale med en læge, en sygeplejerske og en narkoselæge.

## Bedøvelse

Vi anbefaler normalt rygbedøvelse (spinalbedøvelse), som foregår ved en indsprøjtning i ryggen, og som bedøver mave og ben. Bedøvelsen har flere fordele:

- Den er en sikker bedøvelse med meget lav risiko for mor og barn.
- Du kan være vågen under operationen og dermed opleve dit barns fødsel.
- Barnet er minimalt påvirket af bedøvelsen efter kejsersnittet.
- Faderen eller anden ledsager kan være med under hele forløbet.

Hvis der er særlig sundhedsfaglig grund til det, kan operationen foretages i fuld bedøvelse. Det kan fx være, hvis du er i behandling med blodfortyndende medicin, der giver risiko for blødning fra moderkagen. Du kan ikke selv vælge fuld bedøvelse, hvis der ikke er en sundhedsfaglig årsag til det. Hvis du skal i fuld bedøvelse:

- sover du under hele forløbet
- kan faderen eller anden ledsager ikke være med på operationsstuen, men først se dig efterfølgende på opvågningsafsnittet. Når kejsersnittet er foretaget, vil din ledsager være sammen med barnet på jeres stue på barselsgangen, indtil du er vågen igen.

### Hvis du går i fødsel

Nogle kvinder får blødning, veer eller vandafgang før den planlagte dato for kejsersnittet. Hvis det sker, skal du ringe til Fødegangen og fortælle, at du kommer. Så gør vi klar til kejsersnittet, og du vil blive kørt på operationsstuen kort efter ankomst til Fødegangen. Efterforløbet vil være som beskrevet efter planlagt kejsersnit.

Hvis barnet ikke ligger som forventet

Hvis kejsersnittet udelukkende er planlagt, fordi barnet ikke ligger med hovedet nedad, vil du blive ultralydsskannet lige inden operationen, da mange børn vender sig tæt ved fødselsterminen. Har barnet vendt sig til hovedstilling, bliver kejsersnittet som udgangspunkt aflyst, og du får mulighed for at afvente fødsel og føde naturligt.

## Sådan foregår operationen

Når kejsersnittet skal foretages, er der mindst 7 personer til stede på operationsstuen: 1 anæstesilæge, 1 narkosesygeplejerske, 2 fødselslæger, 2 operationssygeplejersker og 1 jordemoder. Derudover kan der også være studerende, som skal overvære operationen.

### **Før operationen**

Før operationen fjerner vi eventuelt lidt af din kønsbehåring, og du får målt temperatur og blodtryk og får medicin, der neutraliserer mavesyre. Du får også anlagt et kateter i blæren.

Under operationen er du sandsynligvis rygbedøvet, medmindre du har aftalt andet med anæstesilægen. Du skal sidde op, mens anæstesilægen lægger bedøvelsen.

Inden du bliver bedøvet, får du lagt et drop i hver hånd, som du får væske igennem, og du bliver koblet til overvågningsudstyr, så vi kan holde øje med din tilstand under operationen.

Når du er blevet bedøvet, desinficerer vi huden på din mave og dækker den med et sterilt klæde. Klædet danner samtidig afskærmning fra operationsområdet, så du og din ledsager ikke kan se selve operationen.

### **Selve operationen**

Kejsersnit foretages oftest gennem et bikinisnit, som er et lavt tværsnit ved hårgrænsen. Hvis du tidligere har fået kejsersnit, kan vi ofte åbne det gamle ar igen og foretage operationen gennem det.

Du vil muligvis kunne mærke, at der bliver rørt ved dig, mens lægerne forløser barnet, men du vil ikke føle smerte.

Der går kun få minutter fra starten af indgrebet, til dit barn er født.

### **Hud mod hud-kejsersnit**

De fleste kejsersnit bliver lavet som et såkaldt hud mod hud-kejsersnit. Det foregår på den måde, at barnet kommer direkte op på dit bryst efter fødslen, hvor det pakkes varmt hud mod hud.

Vi vil derfor sænke afdækningen mellem dig og operationssåret, lige når barnet bliver født, så du kan følge med i fødslen.

Jordemoderen står parat til at hjælpe dig med at tage imod barnet og pakke det varmt hud mod hud på dit bryst.

Hvis du ikke ønsker et 'hud mod hud-kejsersnit', skal du blot sige det til personalet inden kejsersnittet.

Vi holder øje med, at barnet kommer godt i gang med vejrtrækningen. Det kan i nogle tilfælde få brug for at komme kortvarigt forbi børnebordet, hvor en anæstesilæge tilser det. Bagefter kommer barnet igen hud mod hud over til dig, hvis det er muligt, og ellers pakker

vi barnet ind i varme svøb, og det kommer over til barnets far. Barnet kan være hos jer, mens operationen afsluttes.

Vi syer såret indvendigt i din mave med tråd, som opløses af sig selv. Vi lukker huden med klips, som skal fjernes hos din egen læge. Til sidst får du en forbindelse på såret.

Operationen varer cirka 45 minutter i alt.

### **Efter operationen**

Efter operationen bliver du kørt til opvågningsafsnittet, hvor du bliver observeret i et par timer, uanset hvilken bedøvelse du har fået. Hvis du har været vågen under operationen, vil dit barn og din ledsager være hos dig. I kan først modtage besøg, når I er tilbage på Barselsgangen, og det kan være en god idé at vente lidt med besøg, så I får lidt tid alene med barnet først.

På opvågningsafsnittet bliver du tilkoblet overvågningsudstyr. Jordemoderen hjælper dig med at lægge barnet hud mod hud, og barnet får mulighed for at sutte ved brystet. Du får kvalme- og smertestillende medicin efter behov.

Når du kan bevæge benene ordentligt igen, kommer du tilbage på Barselsgangen.

## Sådan forbereder du dig

### **Aftenen før operationen**

Du får udleveret en syreneutraliserende tablet til forundersøgelsen, som du skal tage med lidt vand inden du går i seng aftenen før operationen.

### **Mød fastende til operationen**

Det er vigtigt, at du følger disse retningslinjer for faste inden operationen:

- Du må ikke spise fra klokken 24.00 aftenen før operationen. Du må heller ikke drikke mælkeprodukter eller spise pastiller og bolsjer.
- Du må dog gerne drikke klare væsker indtil klokken 6.00 om morgenen. Det kan være vand, saftvand eller te og kaffe uden mælk.
- Du må ryge og tygge tyggegummi indtil klokken 6.00 om morgenen på operationsdagen.

### **Fjern makeup og løse genstande**

Af hensyn til hygiejne og sikkerhed under operationen skal du forberede dig således:

- **Makeup:** Fjern al makeup og neglelak. Under operationen skal vi kunne iagttage din huds naturlige farver.
- **Smykker:** Fjern løse dele såsom smykker, ur og ringe. Smykker er samlingssted for bakterier, der øger risikoen for infektion.
- **Daglige hjælpemidler:** Brillen, høreapparat og tandprotese tager vi af dig lige inden narkosen.

- **Kontaktlinser:** Linser må du gerne beholde i. Fortæl dog sygeplejersken, hvis du bruger linser.

### **Vask dig grundigt**

Du skal tage brusebad og vaske hår hjemmefra. Undlad at fjerne kønsbehåring, da vi gør det på hospitalet. Du må selv fjerne kønsbehåring indtil 5 dage før kejsersnittet.

## Efter operationen

### **Barnets tilstand**

Barnet har det i de fleste tilfælde godt efter et kejsersnit. Det kan være nødvendigt at suge barnets næse, svælg og eventuelt mavesæk fri for slim og fostervand.

Hvis I giver jeres accept, giver vi barnet en indsprøjtning med K-vitamin for at forebygge blødninger. K-vitamin hjælper blod til at størkne, og det tilrådes at give et tilskud til barnet, da nyfødte endnu ikke selv kan danne tilstrækkelig med K-vitamin.

### **Din tilstand under og efter operationen**

Under operationen kan dit blodtryk falde, og du kan blive svimmel og få kvalme. Hvis det sker, vil du få medicin og et drop med væske i hånden for at modvirke faldende blodtryk. Efter operationen får cirka 2 % af patienterne hovedpine. Anæstesilægen kan behandle hovedpinen effektivt.

Langt de fleste kejsersnit forløber uden komplikationer. De hyppigste komplikationer:

- Der vil altid være nogen blødning i forbindelse med kejsersnit, men det er sjældent nødvendigt at give en blodtransfusion.
- 2-3 % af patienterne får blærebetændelse.
- Cirka 5 % af patienterne får betændelse i såret. I få tilfælde er det nødvendigt at åbne såret igen for at rense det.
- Cirka 2 % af patienterne får betændelse i livmoderens slimhinde.

### **Tilbage på Barselsgangen**

Når du kommer tilbage til Barselsgangen, vurderer vi dit operationssår og blødningen, og du får målt blodtryk, puls og temperatur. Vi fjerner kateteret i blæren efter cirka 4-6 timer, og herefter hjælper vi dig ud af sengen.

### **Spis og drik, hvad du har lyst til**

Du må spise og drikke, hvad du har lyst til, efter operationen. Det er vigtigt, at du drikker rigeligt.

### **Begynd at amme**

Hvis du har været i fuld bedøvelse, må du amme dit barn, så snart du er vågen. Har du været i rygbedøvelse, må du amme dit barn umiddelbart efter operationen. Vi vejleder dig i at komme godt i gang med amningen og opfordrer til så meget hud mod hud-kontakt som muligt.

### Tag imod smertestillende medicin

I dagene efter operationen vil du have smerter i såret og eventuelt have efterveer, som er sammentrækninger af livmoderen. Du får en fast dosis af smertestillende medicin de første dage. Medicinen skader ikke dit barn ved amning. Fortæl os, hvis du har behov for ekstra smertestillende medicin.

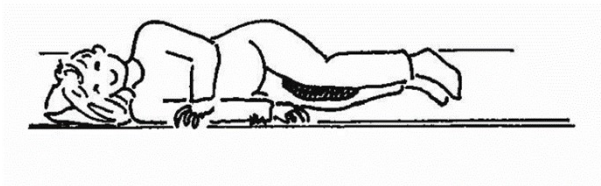
### Kom ud af sengen

Det er vigtigt, at du kommer ud af sengen og bevæger dig rundt, da du derved forebygger komplikationer. Derfor hjælper vi dig ud af sengen allerede samme dag, som du er blevet opereret. Du kan forvente at have smerter, men det er alligevel vigtigt, at du sørger for at komme op og bevæge dig.

Hvis det ikke er muligt for dig at komme op og bevæge dig, vil du blive anbefalet blodfortyndende medicin.

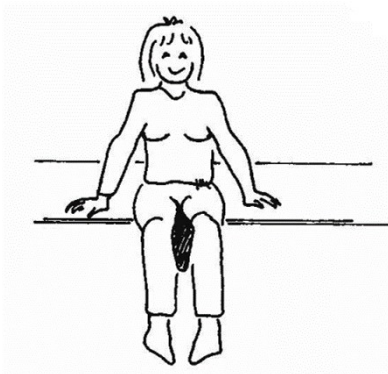
### Sådan kommer du ud af sengen

Læg dig på ryggen og støt eventuelt maven og såret med en hånd eller en pude. Hav eventuelt en pude mellem knæene. Knib sammen i bækkenbunden. Bøj benene og tril om på siden. Knæ og skuldre skal følges ad.



Lad underbenene glide ud over sengekanten, samtidig med at nederste albue og øverste hånd skubber fra i madrassen. Stræk nederste arm, så du kommer helt op at sidde.

Knib sammen i bækkenbunden, før du rejser dig.



**Vær sammen om at passe barnet**

Den smertestillende medicin gør dig i stand til at varetage din personlige hygiejne og passe dit barn. Personalet vil observere din tilstand og vejlede dig ved behov. Vi opfordrer til, at barnets far deltager mest muligt i pasning af barnet, også mens I er indlagt. Barnets far kan overnatte på stuen under hele indlæggelsen. Han skal dog selv købe mad og drikke, enten fra kantinen eller selv medbringe det – vi har køleskab på afdelingen.

**Løft gerne barnet**

Du kan løfte dit barn, uden der sker noget med operationssåret.

De første 4-6 uger må du maksimalt løfte, hvad der svarer til dit barns vægt, eventuelt i lift eller autostol, så længe du ikke får ondt.

Undgå at rejse dig eller sætte dig med barnet i armene. Læg barnet fra dig, mens du rejser og sætter dig.

**Forvent blødning svarende til menstruation**

Det er normalt at bløde i 6-8 uger efter en fødsel. Det gælder også ved kejsersnit. Blødningen må ikke være kraftigere end menstruationsblødning. Det sker ofte, at der ikke kommer meget blødning, da du under operationen har fået medicin, der får livmoderen til at trække sig sammen. Du kan opleve, at der kommer en større mængde blod, første gang du står ud af sengen. Det er helt normalt.

**Sørg for at få ro og hvile**

I dagene efter operationen vil du have brug for ro og hvile både af hensyn til dig selv og amningen.

Du kan forvente at være indlagt 2-4 dage.

**Tal med personalet inden udskrivelse**

Før du bliver udskrevet, tilbyder vi dig en samtale med personalet. Samtalen tager udgangspunkt i den første tid hjemme.

## Når du kommer hjem

**Aftal at få fjernet klips hos din egen læge**

Du skal have fjernet klips 1 uge efter kejsersnittet hos din egen læge.

Du må gerne tage brusebad efter indgrebet, men vent med karbad, til klipsene er fjernet, og blødning er aftaget.

**Lad såret hele**

Det tager 6-8 uger, inden såret er helet og kan tåle belastning. I den periode er det vigtigt, at du bruger din krop så normalt som muligt inden for smertegrænsen. Du må ikke begynde på mavemuskel-øvelser, før såret er helet og ikke gør ondt. Du bør massere dit ar, når det er helet for at undgå stramhed.

**Vent med at køre bil**

Vi tilråder, at du ikke selv kører bil i de første 14 dage efter kejsersnittet.

**Undgå tungt arbejde**

Du bør undgå tungt arbejde som støvsugning, gulvvask og tunge indkøb, indtil såret er helet. Når såret er helet, og du ikke længere har smerter, kan du gradvist påbegynde dine sædvanlige aktiviteter.

**Tag den med ro**

Selvom du har det godt, når du bliver udskrevet, vil du opdage, at du trænger til hvile og aflastning fra de daglige gøremål i nogen tid fremover. Du vil have brug for at kunne koncentrere dig om dit barn.

**Tag smertestillende medicin efter behov**

Du kan forvente at have smerter og være øm i 2-3 uger efter operationen. Du kan lindre smerterne med smertestillende håndkøbsmedicin. Vi anbefaler en kombination af:

- 1000 mg paracetamol x 4 dagligt. Det vil sige hver 6. time. Paracetamol er fx Pamol, Panodil eller Pinex.
- 400 mg ibumetin x 4 dagligt. Det vil sige hver 8. time, dog maksimalt i 10 dage. Er det ikke nok til at smertedække dig, så kontakt egen læge.

Huden omkring arret vil være følelsesløs i nogle måneder.

**Begynd at træne bækkenbunden**

Du kan med fordel begynde bækkenbundstræningen allerede nu. Du kan læse mere om bækkenbundens funktion og om, hvordan du træner, i pjecen 'I form efter fødslen'.

Du må også gerne begynde at træne din mavemuskelatur forsigtigt.

**Næste fødsel**

Næste gang, du skal føde, skal du ikke nødvendigvis have kejsersnit. Det afhænger af årsagen til det aktuelle kejsersnit. Der er ingen grænser for, hvor mange gange du kan føde ved kejsersnit, men du vil blive rådgivet ved hver enkelt graviditet.

Hvis du har fået 2 kejsersnit og venter dit 3. barn, anbefaler vi, at du får kejsersnit igen.

## Kontakt og mere viden

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.

På vores hjemmeside har vi samlet henvisninger og information du får brug for i forbindelse med dit forløb her i afdelingen. Du finder dem her:

<https://aalborguh.rm.dk/fødegangthisted-info>



**Svangreambulatorium, Thisted**

Tlf. 97 65 00 80

Vi træffes bedst: Mandag – fredag 9.00 – 11.00 og 13.00 – 14.00

**Fødegang, Thisted**

Tlf. 97 65 00 70

**Barselgang, Thisted**

Tlf. 97 65 05 65