

Ambulant operation for nedsynkning af underlivet

Du skal have foretaget en operation for nedsynkning af underlivet. Ved nedsynkning buler blæren eller tarmen ind i skeden på grund af en svaghed i skedevæggen. Livmoderen eller toppen af skeden kan også være nedsunken. Operationen skal styrke skedevæggen, så blæren og tarmen holdes på plads.

For at forebygge, at der skal komme nedsynkning igen, bliver du instrueret i bækkenbundsøvelser af en fysioterapeut inden operationen. Fysioterapeuten vil henvise dig til ambulant bækkenbundstræning efter udskrivelsen.

SÅDAN FOREGÅR OPERATIONEN

Lægen, der skal operere, taler med dig om, hvad der skal ske, inden operationen.

Operationen foregår som regel i lokalbedøvelse. Du får også afslappende medicin. Du skal faste inden operationen, hvis det bliver nødvendigt med fuld bedøvelse.

Du skal tømme blæren lige inden operationen. På operationsstuen får du lagt et drop, som giver dig væske gennem et plastikrør i håndryggen.

Operationen foregår gennem skeden. Lægen fjerner noget af slimhinden i skeden og strammer bindevævet op, så tarmen og/eller blæren holdes på plads. Hvis livmoderhalsen er forlænget, vil vi ofte fjerne et stykke af den. Stingene opløser sig selv.

Operationen varer ½-2 timer afhængig af indgrebets omfang og afsluttes med, at du får lagt en gazestrimmel i skeden.

Efter operationen bliver du observeret, indtil du ikke længere er påvirket af bedøvelsen.

SÅDAN FORBEREDER DU DIG

Hold pause med medicin

Tager du medicin, skal du i nogle tilfælde holde pause for at undgå komplikationer ved operationen. Det gælder særligt blodfortyndende medicin eller naturmedicin, fx fiskeolie. Du skal følge de anvisninger, du får af lægen.

Mød fastende til operationen

Du skal faste inden operationen, så din mavesæk er helt tom. Det er vigtigt, hvis du skal i fuld bedøvelse, da bedøvelsen får dine muskler til at slappe af, så der opstår risiko for, at mad i mavesækken kan løbe tilbage gennem spiserøret og ned i lungerne. Du skal derfor følge disse retningslinjer:

- Du må ikke spise fra 6 timer inden aftalen. Du må heller ikke drikke mælkeprodukter eller spise pastiller, bolsjer og tyggegummi.
- Du må gerne drikke klare væsker indtil 2 timer før aftalen. Det kan være vand, saftvand eller te og kaffe uden mælk.
- For dit velbefindende før og efter narkosen anbefaler vi, at du drikker 2 glas saftvand 2 timer før, du møder, og derefter ingenting, indtil narkosen er overstået.

Der kan gælde særlige regler for dig, fx hvis du er diabetiker, ryger, overvægtig eller gravid. Narkoselægen gennemgår reglerne med dig inden operationen.

Fjern make-up og løse genstande

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

- **Make-up.** Fjern al make-up og neglelak. Under operationen skal vi kunne iagttage din hud naturlige farver.
- **Smykker.** Fjern løse dele såsom smykker, ur og ringe. Piercinger i operationsområdet eller

munden skal fjernes. Smykker er samlingssted for bakterier, der øger risikoen for infektion.

- **Daglige hjælpemidler.** Brillor, høreapparat og tandprotese tager vi af dig lige inden narkosen.
- **Kontaktlinser.** Du må gerne beholde kontaktlinserne i. Det er dog meget vigtigt, at du fortæller narkosesygeplejersken, hvis du bruger linser.

Vask dig grundigt før operationen

Tag et bad om aftenen eller morgenen, og vask dig grundigt med vand og sæbe – særligt på stedet for indgrebet. Tag også renvasket tøj på. Så har du gjort det, du kan, for at mindske risikoen for infektion.

EFTER OPERATIONEN

Du bliver observeret i nogle timer

Efter operationen hviler du nogle timer på dagkirurgisk opvågningsafsnit, mens vi observerer dig.

Vi fjerner gazestrimlen cirka 2 timer efter operationen. Herefter skal du kunne lade vandet uden problemer. Måske vil det svie lidt de første gange, du lader vandet. Når du har ladt vandet, vil vi skanne din blære for at se, om den er tørt tilfredsstillende.

Vi forventer, at du bliver klar til at komme hjem i løbet af eftermiddagen samme dag, som du er opereret. Sørg for at have en pårørende til at køre dig hjem. Du må ikke selv køre bil efter bedøvelsen.

MULIGE KOMPLIKATIONER

Skade på blære eller endetarm

I meget sjældne tilfælde kan der ske skade på blæren eller endetarmen under operationen.

Problemer med vandladning

De første par dage efter operationen kan du have svært ved at lade vandet. Giv dig god tid, når du tømmer blæren, så du tømmer den helt.

Risiko for blærebetændelse

Der er risiko for, at du får blærebetændelse efter operationen. I så fald skal du behandles med antibiotika.

Du skal kontakte din egen læge.

Utæthed

Efter operationen oplever nogle, at de ikke kan holde på urinen, når de nyser eller hoster. Det kan skyldes, at nedsynkningen kunstigt har holdt urinrøret på plads. Det er meget vigtigt, at du træner bækkenbunden, hvis du oplever utæthed. Fortæl om utætheden, når du bliver kontaktet.

NÅR DU KOMMER HJEM

Smerter

Det er normalt at have menstruationslignende smerter de første dage efter operationen. Du kan tage smertestillende håndkøbsmedicin, hvis du har brug for det. Vi anbefaler:

- 1000 mg paracetamol x 4 per døgn – dvs. hver 6. time (Pamol®, Panodil® eller Pinex®).
- 400 mg Ibumetin x 3 per døgn – dvs. hver 8. time.

Blødning

Det er normalt, at der kommer lidt blødning eller udflåd fra skeden i 2–3 uger efter operationen. Så længe, du bløder, skal du undgå karbad, svømmehal og anvendelse af tampon. Du må gerne tage brusebad.

Fysisk aktivitet

Du skal undgå at løfte mere end 5–10 kg, hård sport og cykling i 4 uger efter operationen. Det er en god idé, at du dagligt går ture for at holde kroppen i gang.

Samleje

Du kan genoptage samleje efter cirka 4 uger.

Hold maven i orden

Hold afføringen lind, spis fiberrig kost, drik 1½-2 liter væske per døgn og supplér eventuelt med afføringsmiddel.



Reager på tegn på betændelse

Du skal kontakte din egen læge eller Lægevagten, hvis du efter operationen får:

- forværring af smerter.
- blærebetændelse (hyppig vandladning, svie ved vandladning)
- feber
- kraftig blødning
- ildelugtende udflåd.

Sygemeld dig

Du skal være sygemeldt cirka 4 uger afhængig af dit arbejde og din alder.

Træn bækkenbunden

Det er vigtigt, at du laver bækkenbundsøvelser for at undgå, at nedsynkningen opstår igen.

Tag østrogen

Hvis du får lokal hormonbehandling, kan du genoptage behandlingen 2 uger efter operationen.

OPFØLGNING

Du bliver ringet op af en sygeplejerske fra Gynækologisk Ambulatorium efter cirka 3 måneder. Sygeplejersken vil spørge, om operationen har været tilfredsstillende for dig.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Hvis der opstår komplikationer, eller du har spørgsmål det første døgn efter operationen, er du velkommen til at kontakte Afsnit for Barsel og Gynækologi.



Kontakt

Gynækologisk Sekretariat

Tlf. 97 65 00 80

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 9.00 – 11.00 og
13.00 – 14.00

Kirurgisk Dagafsnit

Tlf. 97 65 06 25

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 8.00 – 12.00

Afsnit for Barsel og Gynækologi

Tlf. 97 65 05 65