

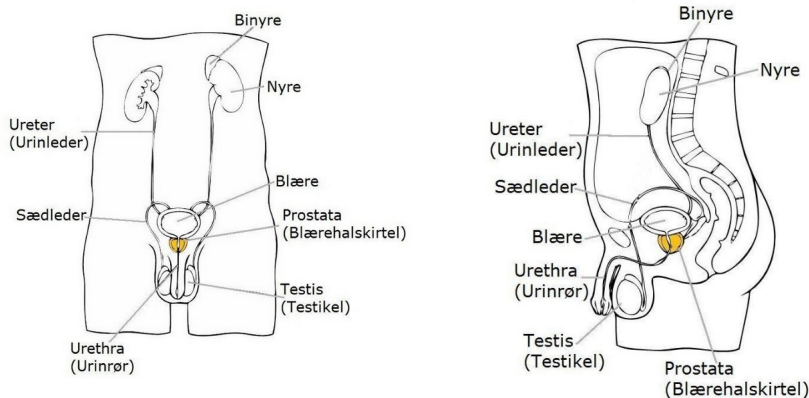
Fjernelse af prostata

Du skal have fjernet din prostata på grund af prostatakræft.

Vi tilbyder dig at fjerne prostata ved en robotassisteret kikkertoperation. Ved operationen foretager vi en fuldstændig fjernelse af blærehalskirtlen. Målet med operationen er at helbrede dig for prostatakræft.

Hvad er prostata

Prostata har flere betegnelser: blærehalskirtlen eller den mandlige kønskirtel. Prostata ligger lige under blæren og omslutter urinrøret. Den består af kirtelvæv, glat muskelvæv og bindevæv. Kirtelvævet danner den største del af sædvæsken. Prostatakræft udgår oftest fra kirtelvævet.



Sådan foregår operationen

Under operationen er du fuldt bedøvet. Inden du bliver bedøvet, får du lagt et drop, som giver dig væske gennem et plastikrør i håndryggen. Lægen, der skal operere, taler først med dig om, hvad der skal foregå, og herefter bliver du bedøvet.

Operationen foregår robotassisteret gennem 5 små snit, der lægges i området omkring navlen og ned til skambenet. I hvert snit placeres en port. Kikkerten og operationsinstrumenterne indføres via portene.

Det midterste snit, der er placeret ved navlen, udvides ved operationens slutning. Det sker i forbindelse med, at prostata tages ud. Dermed bliver dette snit lidt større end de andre.

For at vi kan se operationsfeltet og skabe plads til operationsinstrumenterne blæser vi kuldioxid ind i maven via en af portene. Kuldioxiden tømmes ud ved afslutningen af operationen.

Hvis vi på forhånd har aftalt med dig, at vi også fjerner lymfeknuderne omkring prostata, indleder vi operationen med at fjerne disse. Derefter fjerner vi hele prostatakirtlen og de to sædblærer.

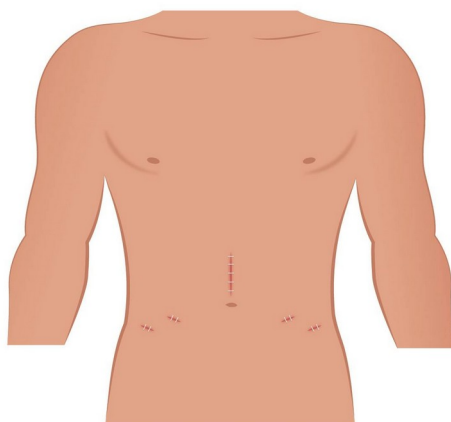
Sammen med prostata fjerner vi også den del af urinrøret, der omgives af prostata. Herefter syr vi urinrøret fast til urinblærens bund. Dette kan bevirke, at penis efterfølgende vil synes kortere.

Under operationen anlægger vi et blærekateter for at aflaste sammensyningen mellem urinrør og blære frem til healing. Blærekateteret skal ligge i blæren i 7 dage efter operationen.

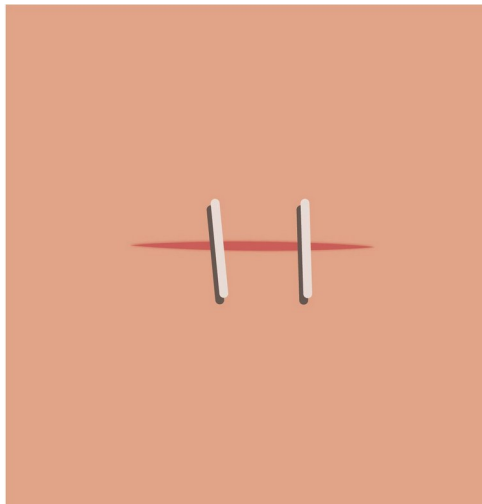
Operationen afsluttes, ved at snittene klipses sammen med titaniumclips. Disse clips (agraffer) skal fjernes hos din egen læge efter 10 dage.



Sådan ser operationslejet ud. Under operationen tippes operationslejet, hvilket blandt andet kan forårsage, at du oplever at være hævet i ansigtet i døgnet efter operationen.



Ved en robotassisteret kikkertoperation benyttes 5 små snit til instrumenter. Dette er en mere skånsom operationsform end en åben operation, og sårene heler hurtigere.



Dette er en forstørrelse af et af de små snit, hvor man kan se clipsene, der holder såret sammen

Selve operationen varer cirka 3 timer. Dit ophold på operationsafsnittet kan dog vare op til 5 timer, da vi skal bruge tid til bedøvelse, lejring, klargøring af operationsområdet og robotten.

Enkelte gange kan der være problemer med at gennemføre operationen robotassisteret og med kikkertinstrumenter. Det kan skyldes sammenvoksninger i bughulen, følger efter tidligere indgreb, blødning eller lignende. I disse tilfælde kan det være nødvendigt at ændre indgrebet til en åben operation.

Sådan forbereder du dig

Brug HELBREDS-barometeret

I Urologisk Afdeling ønsker vi at forbedre kvaliteten af vores tilbud til dig. Vi har derfor indført HELBREDS-barometeret, som er et spørgeskema til patienter med prostatakræft. Formålet med HELBREDS-barometeret er at tilrettelægge dit forløb efter dine ønsker og behov. Vi vil følge aktiviteten af din sygdom ved hjælp af dine blodprøver og din besvarelse af HELBREDS-barometeret.

Du skal besvare spørgeskemaet på følgende tidspunkter:

- Når du har været til vejledning/undervisning ved en sygeplejerske forud for operationen. **OBS!** Det er vigtigt, at du først udfylder det elektroniske spørgeskema, når du har været til denne forberedelse.
- Når du får en påmindelse i digital post eller modtager skemaet med posten. Det vil ske forud for opfølgningen i Urologisk Ambulatorium 4, 6 og 12 måneder efter operationen.

Du finder skemaet på hjemmesiden www.pknord.dk.

Hold pause med blodfortyndende medicin

Tager du blodfortyndende medicin, skal du holde pause ifølge aftale med os. Ligeledes skal du stoppe med at tage fiskeolie, fra vi beslutter, at du skal opereres, og frem til operationen.

Mød fastende

Du skal faste, før du skal bedøves. Følg disse regler, medmindre du har fået andet at vide af lægen:

- **Stop med at spise 6 timer før.** Det gælder al mad.
- **Stop med at drikke 2 timer før.** Du må gerne drikke klare væsker indtil 2 timer før. Klare væsker kan være: vand, saftvand, te, kaffe, juice uden frugtkød. Væsken må gerne indeholde sukker. Din krop kan bruge energien, så du har det godt.
- **Put intet i munden fra 2 timer før.** Lad være at tygge tyggegummi, spise pastiller eller andet, der stimulerer dannelsen af spyt.
- **Du må tage medicin som aftalt med anæstesilægen.** Er du i tvivl, så lad være at tage medicinen, men medbring den.

Er du i tvivl, så kontakt os. Det er vigtigt for din sikkerhed under bedøvelsen, at du følger reglerne. Du kan se en video om fastereglerne her:

<https://video.rn.dk/sadan-faster-du-for-en-operation>

Tag bad og børst tænder

- Tag et brusebad om aftenen eller morgenen. Husk at rense navlen godt med en vatpind – især ved robotoperationer.
- Vi anbefaler, at du er omhyggelig med at børste dine tænder og gør det 2 gange i døgnet både før og efter operationen. God hygiejne nedsætter risikoen for infektioner efter operationen.
- Undlad at smøre dig ind i creme.
- Fjern smykker og piercinger.

Medbring medicin

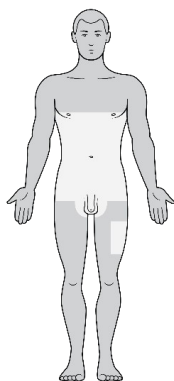
Medbring din medicin i original emballage. Du må først indtage eventuel morgenmedicin, når du møder på afsnittet om morgenen.

Fjern hår omkring operationsområdet

Dagen før operationen skal du fjerne hår på forsiden af kroppen i området fra under armhulerne til under skridtet, samt i et felt på venstre lår. Feltet på venstre lår skal være 15 x 15 cm.

Brug en trimmer til at fjerne hårene eller alternativt en saks. Brug ikke en barbermaskine eller en skraber, da de kan efterlade små rifter, som øger risikoen for infektion i operationsområdet.

Hårene bag pungen og ned til endetarmen klippes med en saks. Hårene på pungen behøver du ikke klippe. Overnatter du på Patienthotellet, kan du låne en trimmer dér.



Figuren illustrerer de områder på forsiden af kroppen (de lyse områder), hvor du skal fjerne hår inden operationen.

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. Undlad at smøre dig med creme, da det gør desinfektion vanskeligere. Tag rent tøj på. Undlad smykker, piercinger, ur og lignende genstande, der er samlested for bakterier. Så har du gjort det, du kan, for at mindske risikoen for infektion.

Efter operationen

Efter operationen bliver du kørt til Opvågningsafsnittet, hvor du bliver observeret i cirka 2 timer, indtil du er vågen og smertefri. Når din tilstand er stabil, bliver du kørt tilbage til sengeafsnittet.

Du kan være hævet i ansigtet efter operationen. Det skyldes den måde, hvorpå operationslejet tippes under operationen. Hævelsen i ansigtet fortager sig i løbet af det første døgn efter operationen.

Du kan desuden være øm i højre skulder. Det skyldes anvendelsen af kuldioxid under operationen, som kan bidrage til et tryk op mod muskulaturen i højre skulder.

Lægen, der har opereret dig, kommer og informerer dig om operationen.

Omkring klokken 20 får du en indsprøjtning med blodfortyndende medicin for at forebygge blodpropper.

Spis og drik som normalt

Så snart du kan, skal du spise og drikke, som du plejer, så du holder din mave i orden. Vi giver dig desuden en tablet Magnesia for at holde din mave i gang.

Kom hurtigt ud af sengen

Det er vigtigt, at du efter operationen kommer i gang med at bevæge dig. Det mindsker risikoen for komplikationer. Du skal derfor forvente, at vi allerede få timer efter operationen beder dig om at komme ud af sengen og gå omkring. Vi støtter dig selvfølgelig i det omfang, du har brug for det.

Sig til, hvis du får smerter

Vi forebygger smerter ved at give dig smertestillende medicin: Bonyl® og paracetamol. Hvis du har behov for mere, må du sige til. Det er vigtigt, at du ikke har flere smerter, end at du kan slappe af og også komme ud af sengen.

Dagen efter operationen

Dagen efter skal du fortsætte med at spise og drikke normalt, samt bevæge dig mest muligt. Vi fortsætter med at give dig smertestillende tabletter. I løbet af formiddagen får du fjernet dit drop.

Vi instruerer dig i, hvordan du skal håndtere dit kateter de næste 7 dage, samt i hvordan du tager indsprøjtninger med blodfortyndende medicin. Du kan forvente at blive udskrevet ved middagstid.

Når du kommer hjem

Aftal at få fjernet clips

Du skal selv kontakte din læge og bestille en tid til at få fjernet operationsclips. Clipsene kan fjernes 10 dage efter operationen.

Tag smertestillende medicin

Allerede inden operationen har du fået smertestillende tabletter, og det skal du fortsætte med efter operationen. For at forhindre smerter skal du tage:

- 2 tabletter paracetamol 4 gange dagligt (morgen, middag, aften og til natten).
- 1 tablet Bonyl® 2 gange dagligt (kl. 8 og kl. 20).

Bonyl® får du med hjem, paracetamol skal du selv købe på apoteket. Tag tabletterne i 3 dage, også selvom du ikke har smerter.

Tag indsprøjtninger med blodfortyndende medicin

Hos enkelte patienter kan der være en øget risiko for blodpropper i benenes blodkar på grund af musklernes inaktivitet under operationen. Er du i risiko for dette, skal du have en indsprøjtning med blodfortyndende medicin efter operationen.

Lægen beslutter, hvor længe du skal have det. Inden du bliver udskrevet, instruerer vi dig i, hvordan du skal tage indsprøjtningerne.

Forvent misfarvning og hævelse

Du vil måske opleve hævelse af ben, penis, pung og maveregion efter operationen. Hævelsen skyldes, at der under operationen er fjernet lymfeknuder. Nogle oplever desuden sivning med gullig væske fra operationssårene. Kontakt os, hvis sivningen bliver kraftig. Hævelsen vil fortage sig i løbet af cirka 3 måneder.

Du kan desuden opleve kraftig misfarvning af penis, pung og maveregion. Dette er ufarligt og vil langsomt aftage.

Hold maven i orden

For at få gang i maven efter operationen skal du tage medicin, indtil din mave fungerer som inden operationen. Du skal tage:

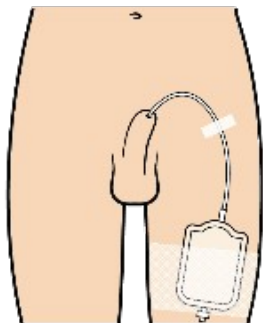
- 2 tabletter Magnesia dagligt (til natten).

Når du har afføring, skal du undgå at presse for meget, da du er opereret tæt på endetarmen. Du kan opleve en vis ømhed i forbindelse med afføring.

Pas og plej dit kateter

I forbindelse med operationen får du lagt et kateter. Kateteret skal blive i blæren i 7 dage og må endelig ikke fjernes før.

- **Undgå knæk.** Du skal være opmærksom på, at kateteret altid har et godt afløb, og du skal undgå, at der kommer knæk på slangen. Princippet er, at urinblæren skal være helt tom og sammenklappet for at undgå, at der kommer lækage ud mellem trådene i den indvendige sammensyning.
- **Hold kateteret rent.** Sørg dagligt for at holde rent omkring kateteret. Det vil sige, at du skal trække forhuden tilbage og vaske omkring urinrørsåbningen, eventuelt med intimsæbe. Vask kateteret og skyl grundigt med rent vand. Vær forsigtig, når du vasker omkring kateteret, så du undgår at trække i det.
- **Tøm posen hyppigt.** Sørg for, at kateterposen altid hænger lavere end blæren, og at posen aldrig bliver overfyldt. Den bør tømmes hyppigt og aldrig være mere end halvt fyldt.
- **Hold øje med posen.** Når man har kateter, kan der forekomme blærekramper, hvor der kommer urin eller blod ud langs kateteret. Dette kan være ubehageligt, men det er ufarligt – så længe der stadig kommer urin i kateterposen.
- **Drik rigeligt.** Det er vigtigt, at du drikker rigeligt, så længe du har kateter. Det vil sige mindst 2 liter væske dagligt. Dels er det godt for nyrefunktionen, dels mindsker det risikoen for, at kateteret stopper til. Ved at drikke rigeligt forebygger du også blærebetændelse.
- **Drik tranebærsaft.** Vi anbefaler, at du drikker et glas tranebærsaft dagligt. Dette forhindrer erfaringsmæssigt infektioner.
- **Undgå karbad.** Du må IKKE gå i karbad, så længe du har kateter.



På tegningen kan du se, hvordan kateter og kateterpose bæres. Placer urinposen, så den er under blæren, både når du står og ligger. Posen må aldrig blive overfyldt

Hold god hygiejne

For at mindske risikoen for betændelse i operationssåret er det nødvendigt at begrænse bakteriemængden på huden. Bakterierne findes især i armhulerne, i lysken og omkring kønsorganerne. Vask dig derfor, som du plejer, men vær særligt opmærksom på god hygiejne omkring kateteret og omkring kønsorganerne, da blærekateter giver øget risiko for at udvikle blærebetændelse (urinvejsinfektion). Husk desuden at holde god håndhygiejne: vask hænder – også fordi dit immunforsvar kan være nedsat efter operationen.

Fjern plastre

Du må fjerne plastre cirka 24 timer efter operationen.

Vær fysisk aktiv

Det er vigtigt, at du holder dig fysisk aktiv efter udskrivelsen. Det kan du fx gøre ved en daglig gåtur.

Du må ikke cykle i 6 uger eller løfte tunge ting i 4-6 uger, og du skal huske at holde dig på maven, hvis du skal hoste.

De fleste oplever ømhed i mellemkødet de første par måneder efter operationen. Det er almindeligt og vil forsvinde af sig selv.

Træn bækkenbunden

Evnen til at holde på urinen genvindes ved at træne bækkenbunden ved hjælp af knibeøvelser. Du kan med fordel allerede inden operationen afprøve, om du kan knibe – alene derved øger du din bevidsthed om bækkenbunden og dens funktion.

Træning af bækkenbunden påbegyndes umiddelbart efter fjernelse af blærekatetret.

Den daglige træning af bækkenbunden er væsentlig. Vi anbefaler derfor, at du træner bækkenbunden ved at lave knibeøvelser 2-3 gange dagligt i 5-6 måneder, da du derved hurtigere opnår tæthed. Herefter anbefaler vi, at du holder træningen ved lige 1-2 gange om ugen.

Den vigtigste træning udføres under andre aktiviteter. Prøv derfor at gøre det til en vane at knibe i dagligdagen, fx ved host, nys, løft, gang, løb, og mens du rejser og sætter dig. Se pjecce om bækkenbundstræning.

Kontakt os, hvis der opstår komplikationer

Hvis der optræder uventede komplikationer inden for de første 2 uger efter operationen, skal du kontakte os. Det gælder fx, hvis du får høj feber, stærke mavesmerter, eller hvis kateteret stopper til eller falder ud.

Særligt om seksualfunktionen

Seksualitet og kærlighed har ingen alder og indgår for mange mennesker som en væsentlig del af livskvaliteten. Livet igennem forandrer seksualiteten sig, og seksuallivet kan leves på mange måder i samspil mellem krop, følelser, oplevelser og seksuelle tanker. Det er velkendt, at sygdom og behandling ofte påvirker menneskers kropsopfattelse, parforhold og seksualitet, hvilket kan medføre problemstillinger i samlivet.

Ved fjernelse af prostata vil de fleste mænd få forbigående eller varige problemer med rejsning (erektion). Det skyldes, at nerverne, som løber tæt på prostata, beskadiges under operationen. Blodkarrene i svulmelegemerne i penis aktiveres derved ikke tilstrækkeligt til rejsning af penis. Der kan fortsat forventes bedring i rejsningsevnen i op til 3 år efter operationen. Efter operationen må seksuel aktivitet påbegyndes, når lysten er der.

Behandling af rejsningsproblemer drøftes blandt andet ved ambulant kontrol i Urologisk Ambulatorium efter operationen. Der er også mulighed for at blive henvist til Sexologisk Center via Urologisk Ambulatorium eller egen læge.

For yderligere information se vores hjemmeside <https://aalborguh.rn.dk> og søg på Sexologisk Center.

Kontrol

Fjernelse af blærekateter

Vi indkalder dig til fjernelse af blærekateter i Urologisk Ambulatorium cirka 7 dage efter operationen. Du får enten udleveret en tid, når du bliver udskrevet fra sengeafsnittet, eller du tilsendt tiden via Digital Post.

Ambulant opfølgning

3-4 måneder efter operationen bliver du indkaldt til opfølgning i Urologisk Ambulatorium. 7 dage før konsultationen skal du have taget en blodprøve hos egen læge eller på nærmeste hospital. Dette skal du selv bestille tid til.

Husk at besvare spørgeskemaet som beskrevet under afsnittet "Sådan forbereder du dig". Ved selve konsultationen skal du lave en vandladningsprøve, og du vil derfor blive bedt om at møde med fyldt blære. Ved konsultationen får du svar på blodprøven, og lægen og sygeplejersken taler med dig om, hvordan det går.

Svar på vævsprøver

Du får svar på vævsprøverne cirka 4 uger efter operationen. Vi kontakter dig enten per telefon eller brev med svaret.

Kontakt og mere viden

På vores webside har vi beskrevet hele forløbet omkring fjernelse af prostata og tiden efter. Du kan også finde film om prostataoperation samt link til fx patientforeninger. Vi anbefaler dig at besøge siden undervejs.



Besøg websiden her:

<https://aalborguh.rm.dk/urologiforløb>

Du kan også tilgå websiden ved at skanne QR-koden med kameraet i din telefon.

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



Urologisk Afsnit 9

Tlf. 97 66 33 18

Vi træffes bedst: Man – fredag 9.00 – 11.00

Urologisk Afsnit 10

Tlf. 97 66 33 16

Hele døgnet

Urologisk Ambulatorium

Tlf. 97 66 30 08

Vi træffes bedst: Man – fredag 8.30 – 12.00