

**Inför operationen:** Tre dagar innan ingreppet kan det vara fördelaktigt att inkludera fiberrik mat i kosten för att underlätta avföring efter operationen.

- Du behöver vara fastande i **sex timmar** före operationen
- Du behöver ta ett **Klyx cirka 2 timmar** innan operation. *Klyx finns receptfritt på apoteket.*
- För smärtlindring efter operationen kan du ta 2 Alvedon en timme innan ingreppet. Du kan dricka små mängder **vatten fram till 2 timmar** innan operationen.
- Du behöver fylla i en hälsodeklaration innan och ta med den till besöket alternativt fylla i den digitala hälsodeklarationen vi skickat till dig.

**Hur går operationen till?** Operation utförs i narkos där en narkosläkare sover dig, övervakar din sömn, och avslutar den när ingreppet är klart. Vanligtvis används elektrisk kniv eller diatermi under operationen. Efteråt kan såret lämnas delvis öppet för självläkning, och ibland kan en blodstillande tamponad användas.

**OBS!** Efter narkos bör du avstå från att köra bil eller andra fordon på grund av nedsatt körförmåga under de kommande 24 timmarna.

**Efter operationen:** Det svullnar vanligtvis upp kring operationsområdet och man har ofta ont under själva läkningen. Normalt är att sårytorna utsöndrar sekret som ofta är blodblandat i cirka 2 veckor. För att skydda kläderna kan man ha en binda som skydd.

**Råd för att minska smärtan och underlätta läkningen:** I början kan du behöva smärtlindring med exempelvis Alvedon eller Panodil i full dos. Ibland kan starkare smärstillande tabletter ges för det första dygnet. Tänk på att morfintabletter kan orsaka förstoppning. För att lindra smärtan kan du applicera en varm handduk vid ändtarmsöppningen. För att underlätta läkningen är det viktigt att hålla avföringen mjuk. Här är några tips för att upprätthålla mjuk avföring:

- Dricka mycket vatten och äta fiberrik mat såsom frukt, grönsaker, müsli och grovt bröd. Undvik vitt bröd.
- Motionera för regelbunden tömning och skapa en rutin att gå på toaletten, exempelvis efter frukost. Undvik tung idrott.
- Vid förstoppning kan du prova att äta upp till 2 matskedar hela linfrön per dag. Torkade aprikoser eller katrinplommon kan också hjälpa till att stimulera tarmen. Det finns även receptfria mediciner på apoteket för att mjukna avföringen. Vid behov kan kirurgen skriva ut recept på laxerande medel.

Ta med giltig legitimation till besöket.

Med vänliga hälsningar  
Scandinavian Gastro Clinic

Av- eller ombokning ska ske senast 24 timmar innan besöket och uteblivet besök debiteras. Behöver du boka av ditt besök eller har andra frågor är du välkommen att ringa till oss på **010 55 19 230**. Du kan också skriva till oss i

**Vårdrummet** (via vår hemsida) eller mejla till: [info@gastroclinic.se](mailto:info@gastroclinic.se)