

Information till dig som ska genomgå mellangårdsplastik

Mellangårdsplastik

I samband med förlossning uppstår ofta en bristning i mellangårdens (perineums) muskler och stödjevävnad. Oftast sys denna bristning direkt efter förlossningen men man kan även få sena besvär av bristningen. Detta kan bero på ärrbildning, eller att muskler och stödjevävnad i bäckenbotten inte har återskapats optimalt. De vanligaste symtomen är vidhetskänsla i slidan, tarmtömningsbesvär, svårigheter att hålla gaser och/eller urin, och smärta.

Operation är ett bra alternativ när träning av bäckenbottenmusklerna inte gett tillräckligt bra resultat. Vid operationen förstärker man de områden som har försvagats. Operationstiden är kort, 15–30 min, och ingreppet sker oftast i narkos och med lokalbedövning.

Inför din operation

För att kunna planera din operation är det viktigt att du fyller i/skickar in din hälsodeklaration så snart som möjligt, antingen via 1177.se eller den blankett du fått hemskickad.

Läs noga igenom förberedelserna inför operationen, om du inte följt dessa finns risk för att din operation blir inställd.

Behöver du ändra din operationstid eller har frågor om datumen får du ringa operationsplaneringen på telefonnummer 08 -123 816 00, mån – tors kl. 08:00 – 10.00.

Sjukdom/återbud: Skulle du bli sjuk på operationsdagen, ring och lämna återbud från kl. 07.00 på telefonnummer 08-123 839 40 eller 070-089 10 69 (dessa nummer gäller om du ska opereras på Öppenvårdsoperation, B43)

Ska du läggas in på avdelningen B78 ringer du på telefonnummer 08-123 802 67

Struken operation: Karolinska Universitetssjukhuset Huddinge är ett akutsjukhus och transplantationscentrum. Ibland måste en inplanerad operation strykas med mycket kort varsel. Vi försöker då ordna en ny tid så snart som möjligt.

När du kommer till avdelningen tar personalen emot dig och ge dig information. Du får byta om och man kommer att sätta in en kärlinfart i armen genom vilken läkemedel ges.

Efter din operation

Smärta: Receptfria mediciner av typ Alvedon och Brufen räcker ofta som smärtlindring. Det är bra att ta värktabletter när du har ont, det gör dig rörligare och kommer att påskynda din återhämtning och minskar risken för blodpropp. Man kan ha ont cirka 2–4 veckor efter operationen, ibland längre.

Blödning och operationssår: Det är vanligt med småblödningar de första dygnen efter operationen och det beror på sårsekret från operationssåret. Använd inte tampong och bada inte, duscha och använd binda i stället under 4 veckor. Stygnen sitter inuti slidan och försvinner av sig själva. Ibland kan det komma ut små trådar vilket är rester av materialet som man sytt med. Det är ingenting du behöver oroa dig för.

Urinblåsans funktion: Efter operationen är det viktigt att du är observant på hur du kissar första dygnet. Vad som kan hända är att det "låser sig" och att du får svårt att kissa trots att du kunnat tömma blåsan utan problem vid kontrollen innan du gick hem från sjukhuset. Det kan kännas som ett obehag eller smärta i nedre delen av buken. Urinmängderna kan också vara små och det kan kännas som att det är urin kvar i blåsan. Skulle detta inträffa, kontakta oss eller vårdguiden 1177.

Tarmfunktion: Undvik förstoppning och kraftigt krystande första månaden efter operationen. Om du blir hård i magen finns det olika typer av mjukgörande medel och mikrolavemang att köpa receptfritt på apoteket.

Fysisk aktivitet: Du kan börja med bäckenbottenträning direkt efter operationen. Undvik dock tunga lyft, t ex matkassar under första månaden efter operationen, bär inte mer än några kilo. Vänta med kraftigare sport- och motionsträning till ca två månader efter operationen, börja lugnt och stegra din aktivitet successivt. Du ska inte ha samlag på 4–6 veckor efter operationen.

Läkarsamtal: Innan du går hem får du ett samtal med den som har opererat dig. Du får då möjlighet att ställa frågor

Sjukskrivning: Beroende på vad du har för arbete och vilken typ av operation som har gjorts kan du bli sjukskriven upp till 4 veckor.

Komplikationer: Vid en mellangårdsplastik finns en liten risk för att en komplikation kan uppstå, t ex urinvägs- eller sårinfektion, blodansamling i operationsområdet, förlängd smärta i operationsområdet.

Om du upplever tecken på urinvägsinfektion (sveda, trängningar) fast du kan tömma blåsan, kontakta din vårdcentral. Om du får feber (över 38 grader), illaluktande flytningar, tecken på sårinfektion eller svårigheter att tömma blåsan, kontakta oss eller vårdguiden eller en akutmottagning vid akut sjukdom. Du kan även ha smärtor när du har samlag. Slidöppningen kan kännas trång. Dessa besvär brukar gå över efter några månader.

Hemfärd: Ibland används läkemedel som påverkar reaktionsförmågan, du får därför inte köra bil efter operationen. Du kan i allmänhet åka hem kommunalt.

Uppföljning: Ett frågeformulär kommer att skickas till dig efter ca 8 veckor och 12 månader som kvalitetsuppföljning.

Den läkare som opererade dig heter: _____

Övrig information: _____

Telefonnummer

Till avdelning B78: 08-123 802 67

Vårdguiden: 1177 för rådgivning

Vid livshotande tillstånd: Ring 112

Rådgivning av sjuksköterska 08-123 816 00