

Inför en ledplastikoperation

I detta dokument finns viktig information kring förberedelser och rutiner samt allmän information för dig som ska genomgå en ledplastikoperation.

Vänligen läs noggrant igenom informationen så att du inte missar några av faktorerna som kan påverka din operation.

Viktigt att tänka på inför din operation

6 veckor före: rökstopp

Totalt rökstopp gäller 6 veckor före och 6 veckor efter din operation.

Du kan själv vara med och påverka resultatet av din operation genom att avstå alla sorters tobak.

Använder du tobak före och efter operation kan det ge allvarliga problem. Det beror på att kroppens vävnader får syrebrist orsakad av framförallt kolmonoxid och nikotin. Kolmonoxid får man i sig när man röker, och det blockerar de röda blodkropparnas möjlighet att ta upp syre i kroppen. Nikotin finns i alla sorters tobak och det påverkar blodförsörjningen genom att blodkärlen drar ihop sig och det gör att operationssåret läker sämre.

Tobakens ämne är skadliga oavsett på vilket sätt man får i sig dem, vilket inkluderar vattenpipa och tuggtobak.

3 veckor före: rakning

Du får inte raka dig i det område som skall opereras de sista 3 veckorna innan operationen.

1 vecka före: köp hem Descutan

Köp hem hudrengöringsmedlet Descutan® hemtvättpack från Apoteket. Du hittar duschinstruktioner på nästa sida.

Utsättande av läkemedel

Sluta med följande medicinering inför din operation, då de kan ge ökad blödnings- eller blodproppsrisk:

- **Naturläkemedel, t.ex. Omega 3** – utsättes 7 dagar före operation.
- **Östrogenpreparat** – utsättes 7 dagar före operation.
- **Trombyl** – utsättes 3 dagar före operation.
- **Diklofenak/Voltaren/Eeze, Arthrotec, Ipren/Ibumetin/Brufen, Orudis/Siduro, Confortid/Indomee** – utsättes 1 dag före operation.
- **Naproxen/Pronaxen/Alpoxen, Relifex** – utsättes 5 dagar före operation.

- **Waran, Eliquis, Klopido­grel, Plavix m.fl.** – sätts ut enligt särskild ordination från din läkare.
- Dagen före: duschning och fasta.

Fasta

Du får inte äta eller dricka, snusa eller tugga tuggummi från midnatt, kl. 24:00, natten till din operationsdag (gäller även vatten).

Faktorer som kan påverka din operation

För att säkerställa din hälsa och minska risken för komplikationer i samband med din operation är det mycket viktigt att du kontaktar vår operationsplanerare om:

- Du får betydande förändring av ditt hälsotillstånd
- Du har sår, sårskorpor, riv-/skrubbsår, finnar, plitor, irriterade myggbett, såriga eksem på huden. För bästa skydd mot infektioner ska din hud vara hel inför din operation!
- Du får en infektion inför din operation såsom:
 - Förkylning/hosta
 - Feber
 - Maginfluensa
 - Urinvägsinfektion
 - Tandinfektion/tandbesvär
 - Infekterat nageltrång/nagelband

Vi vill påminna om att tvätta/sprita händerna ofta, hosta/nys i armvecket samt att ej besöka oss om du känner dig sjuk.

Dusch inför operation

För att minska riskerna för infektion i operationssåret ska du vid två tillfällen före operationen tvätta hela kroppen och vid ett tillfälle håret med det bakteriedödande hudrengöringsmedlet Descutan®.

Descutan® är receptfritt och finns att köpa på apotek. Fråga efter Descutan® hemtvättpack som innehåller allt du behöver för två duschningar.

Dagen före operation (på kvällen)

1. Ta av klocka, ringar och andra smycken innan dusch.
2. Dusch hela kroppen, inklusive håret, med vatten.
3. Tvätta håret med tvållösningen i påsen. OBS! Använd inte Descutan® i hörselgången, fetvadd kan rekommenderas. Undvik kontakt med ögonen!
4. Öppna en svampförpackning och fyll på med vatten för att fukta svampen.

5. Tvätta ansiktet (var noga kring näsan), tvätta överkroppen (var särskilt noga med armhålor och navel), tvätta underkroppen, benen och fötterna (var särskilt noga med könsorgan och ljumskar).
6. Skölj av hela kroppen med vatten.
7. Ta ny svampförpackning och tvållösning och upprepa hela tvättningen av håret och kroppen från steg 3 till 6 ytterligare en gång.
8. Torka kroppen med en ren handduk. Smörj INTE in dig med hudkräm.
9. Ta på rena kläder.
10. Byt till rena sängkläder.

Operationsdagen

Sista duschen görs ALLTID på vårdavdelningen.

Ta gärna med dig de oanvända tvättsvamparna så tänker vi lite på miljön. Annars finns det på avdelningen.

Detta bör du ta med dig till avdelningen

- ID-kort
- Dina egna mediciner, astmainhalationer, insulin.
- Hygienartiklar, egen tvål och schampo för ev. dusch innan hemgång. Lämna parfym, nagellack och andra starka dofter hemma.
- Inneskor (rymliga skor/sandaler) och egna kläder (löst sittande) för 1–2 dygn. Du behöver inte ta med nattkläder eller morgonrock.
- Egna hörlurar, om du vill använda avdelningens radio eller vill spela upp media på medhavd mobiltelefon eller dator.
- Kontokort/pengar för köp av mediciner vid hemgång (upp till 1300 kr).
- Patienter utanför Region Stockholm tar med de hjälpmedel ni fått från er hemregion.

Diabetiker

Är du diabetiker och tar insulin/tabletter ska du inte ta din morgondos på operationsdagen. Ta med ditt insulin/tabletter till avdelningen så mäter vi ditt blodsocker och ger dig de doser och eventuellt dropp som narkosläkaren har ordinerat.

Hjälpmedel

Är du skriven i Region Stockholm går det bra att redan innan operation komma till oss och hämta ut de hjälpmedel du kan behöva efter din operation (gäller främst dig som ska operera höftplastik).

Patienter som är skrivna utanför Region Stockholm ska i god tid inför operationen ordna de hjälpmedel som behövs via sin hemregion.