



Skurðaðgerð á kjálka vegna bitskekkju

Útskriftarfræðsla

Lyf við útskrift

Lyfseðill fyrir verkjalyfjum er sendur rafrænt í apótek. Einnig metur læknir hvort þörf sé á sýklalyfjum. Sjá fylgiblað um verkjameðferð eftir skurðaðgerð.

Verkir, bólga og dofi á aðgerðasvæði

Búast má við að finna fyrir verkjum í skurðsvæði sem ættu að jafna sig á einni viku. Eðlilegt er að aðgerðarsvæðið sé bólgið fyrst um sinn. Bólgan er mest fyrstu tvo sólarhringana, fer síðan hjaðnandi. Á meðan bólga er til staðar getur verið gott að nota kælipoka til að bólgan hjaðni frekar og vera með hátt undir höfði þegar legið er. Forðast þarf að snýta sér í allt að fjórar vikur. Ef nefið stíflast er best að losa um stífluna með saltvatns- eða sambærilegum nefdropum sem fást í apóteki. Algengt er að finna fyrir dofa í efri og neðri kjálka, tannholdi, neðri vör og tungu fyrst eftir aðgerðina. Þessi einkenni geta staðið yfir í töluverðan tíma, allt að nokkra mánuði og ganga yfirleitt til baka að fullu.

Skurðsár

Saumar eru í munnni og eyðast þeir af sjálfu sér. Bursta þarf tennurnar með litlum mjúkum tannbursta og skola munninn með klórhexidín munnskoli þrisvar á dag. Til að minnka hættu á sýkingu er mikilvægt er að skola munninn með hreinu vatni eftir máltíðir.

Litlar afrifur eða sár myndast oft á vörum og í munnvikum og er þá gott að nota sýkladrepandi áburð sem afhentur var á deildinni og varasalva til að halda vörunum mjúkum.

Tjáning

Vegna bólgu og þess að kjálkarnir eru festir saman getur verið erfitt að tjá sig. Sumir geta talað auðveldlega en aðrir þurfa að nota skrifað mál til að tjá sig.

Mataræði

Fljótandi fæði í a.m.k. 4 vikur. Þess þarf að gæta að hafa matinn fjölbreyttan og næringarríkan og fylgja ráðleggingum sem næringarráðgjafi veitir fyrir útskrift. Rétt er að fylgjast reglulega með líkamspyngd því hætta er á þyngdartapi á meðan einungis er neytt fljótandi fæðis. Best er að drekka úr glasi og ekki má nota sogrör því sogkrafturinn getur losað um sauma í skurðsárum.

Munnhreinsun

Mikilvægt er að bursta tennurnar eftir hverja máltíð með mjúkum litlum barnatannbursta. Nota munnskól með Klórhexidíni tvisvar til þrisvar á dag á meðan teygjur/vírar eru til staðar.

Hreyfing

Forðast þarf áreynslu. Ekki má rembast eða lyfta þungu í 2 vikur eða lengur eftir aðgerðina eða samkvæmt fyrirmælum læknis. Ekki stunda æfingar eða íþróttir meðan teygjur/vírar eru til staðar.

Andleg líðan

Eðlilegt er að finna fyrir þreytu fyrstu dagana eftir svæfingu. Margir upplifa pírting og depurð á þriðja til fjórða degi eftir aðgerð. Það lagast yfirleitt þegar betur gengur að nærast og venjast teygjunum, venjulega eftir fyrstu vikuna. Oft hjálpar að tala við sína nánustu og vera óhrædd(ur) við að ræða við fagfólk um það sem veldur áhyggjum. Aðferðir eins og tónlist, slökun og gönguferðir geta dregið úr andlegri vanlíðan en ef kvíði og drungi verða viðvarandi er um að gera að leita aðstoðar, til dæmis hjá heimilislækni.

Vinna

Vinnu má hefja í samráði við lækni, háð líðan og eðli starfsins. Hægt er að fá veikindavottorð í endurkomutíma ef nauðsyn krefur.

Hafa skal samband við deildina ef eftirfarandi einkenni koma í ljós:

- Líkamshiti verður hærri en 38,5°C
- Verkir í eða kringum skurðsvæði minnka ekki við verkjalyf
- Viðvarandi blæðing eða vessi úr skurðsári
- Aukin bólga eða roði á aðgerðarsvæði
- Teygjurnar losna
- Stöðug ógleði eða uppköst

Ef upp koma vandamál sem tengjast aðgerðinni má hafa samband við göngudeild HNE á dagtíma, klukkan 8-16, leita beint til slysideildar eða hafa samband við þann lækni sem sér um eftirmeðferðina.

Hægt er að hafa samband við næringarráðgjafa í síma 543 8419 á dagvinnutíma.

Eftirlit læknis: Sjá meðfylgjandi kort.

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja á deildina ef spurningar vakna.

HNE, lýta- og æðaskurðeild A4 sími 543 7354
Göngudeild HNE B3 sími 543 7390
Landspítala Fossvogi

Gæðaskjal: Skurð-611

Verkjameðferð eftir skurðaðgerð Útskriftarfræðsla

Verkir: Flestir finna fyrir verkjum eftir skurðaðgerð. Oftast er um að ræða verki sem tengjast skurðsvæði. Mismunandi er hvernig fólk upplifir verki og þarf verkjameðferð að taka mið af reynslu hvers og eins. Mikilvægt er að draga úr verkjum eins og kostur er því verkir geta seinkað bata.

Verkjalýf: Taka skal verkjalýf samkvæmt ráðleggingum. Yfirleitt er heppilegast að taka verkjalýf reglulega yfir daginn. Ekki er æskilegt að bíða eftir því að verkir verði slæmir áður en lyfin eru tekin því erfiðara er að ná stjórn á verkjum ef þeir verða slæmir. Ef verkir eru enn til staðar þrátt fyrir að verkjalýf séu tekin reglulega má taka verkjalýf til viðbótar samkvæmt ráðleggingum. Smám saman er dregið úr töku lyfjanna með því að minnka skammta eða taka lyfin sjaldnar. Ráðlagt er að hætta fyrst töku sterkra verkjalýfja. Síðan er dregið úr töku annarra verkjalýfja. Ef þörf er á lyfseðilsskyldum verkjalýfjum er lyfseðill sendur rafrænt í apótek.

Verkjalýf tekin reglulega: Lyf: Skammtur: Hversu oft á að taka lyfið? Lyf: Skammtur: Hversu oft á að taka lyfið?	Viðbótar-verkjalýf: Lyf: Skammtur: Hversu oft á að taka lyfið?
---	--

Algengar aukaverkanir verkjalýfja: Aukaverkanir eru mismunandi eftir lyfjum. Algengt er að finna fyrir hægðatregðu og ýmiss konar óþægindum í maga. Ekki er víst að allir finni fyrir þessum einkennum.

Hægðatregða: Vinna má gegn hægðatregðu með því að drekka glas af sveskjusafa að morgni, borða gróft kornmeti, grænmeti og þurrkaða ávexti. Einnig er hægt að kaupa trefjahylki eða duft í apóteki eða matvöruverslun. Nauðsynlegt er að drekka um það bil 1,5 lítra af vökva á dag. Hægt er að kaupa hægðalyf án lyfseðils í apóteki.

Magaóþægindi: Æskilegt er að taka lyfin með glasi af vatni eða máltíð. Fólk með sögu um magasár ætti að taka lyf sem hemja magasýrur á meðan bólgueyðandi verkjalýf eru tekin.

Önnur verkjameðferð: Aðferðir sem hafa reynst vel eru kaldir og heitir bakstrar, slökun, að hlusta á tónlist og dreifa athyglinni. Hita og kulda ætti alltaf að nota varlega. Fólk með skerta skynjun eða lélegt blóðflæði ætti að ráðfæra sig við lækni.

Akstur: Sum verkjalýf skerða aksturshæfni og því má ekki aka bíl á meðan þeirra er þörf.

Hafa skal samband við deildina ef eftirfarandi einkenna verður vart:

- Ef verkir eru slæmir þrátt fyrir töku verkjalýfja.
- Ef aukaverkanir koma í veg fyrir að hægt sé að taka lyf.
- Ef ofnæmisviðbrögð koma fram (kláði, útbrot, öndunarerfiðleikar).