

Skurðaðgerð í höfði (craniotomy)

Aðgerðin er yfirleitt framkvæmd vegna æxlis eða æðagúls í heila. Í aðgerðinni er höfuðkúpa opnuð (e. craniotomy) til að hægt sé að komast að meininu. Aðgerðin er yfirleitt gerð í svæfingu en einstaka sinnum í staðdeyfingu. Gera má ráð fyrir að vera frá vinnu í 4-8 vikur, háð starfi, líðan og umfangi aðgerðar.

Náttúru- og fæðubótarefni

Ráðlagt er að hætta notkun allra náttúru- og fæðubótarefna, þar með talið lýsis og Omega 3, tveimur vikum fyrir aðgerð þar sem þau geta aukið hættu á blæðingu í aðgerð og haft áhrif á verkun lyfja sem notuð eru við svæfingu. Óhætt er að taka áfram inn fjölvítamín og steinefni.

Tóbaksnotkun og rafrettur

Reykingar, nef- og munntóbaksnotkun og nikótín í rafrettum hafa áhrif á bata eftir skurðaðgerð og geta seinkað því að sár grói og aukið hættu á fylgikvillum aðgerðar. Því er mikilvægt að hætta tóbaksnotkun 6-8 vikum fyrir aðgerð og vera tóbakslaus í að lágmarki tvær vikur eftir aðgerð. Þeir sem nota tóbak eru hvattir til að hætta og geta leitað aðstoðar á heilsugæslustöðvum eða á www.heilsuvera.is (netspjall, símaráðgjöf og fræðsluefni).

Aðstæður heima

Ef aðstæður heima fyrir eru þannig að þörf er á aðstoð eftir útskrift, þarf að huga að því fyrir innlögn. Hjúkrunarfræðingar geta aðstoðað við að fá dvöl á sjúkrahóteli, fá heimilishjálp og/eða heimahjúkrun.

Undirbúningur fyrir aðgerð

Innskriftarviðtal

Haft verður samband símleiðis og gefinn tími á innskriftarmiðstöð nokkrum dögum fyrir aðgerð á göngudeild B3 á 3. hæð Landspítala í Fossvogi. Þar fer fram viðtal við hjúkrunarfræðing, lækni heila- og taugaskurðeildar og svæfingalækni. Spurt er um heilsufar, gerð líkamsskoðun og fræðsla veitt um undirbúning fyrir aðgerðina. Gera þarf ráð fyrir að innskrift taki 3-4 klukkustundir. Undirrita þarf samþykki fyrir aðgerð og svæfingu. Mælt er með að hafa aðstandanda með í innskriftarviðtal.

Rannsóknir

Tekin eru blóðsýni. Aðrar rannsóknir eru gerðar ef aldur eða heilsufar gefa tilefni til.

Lyf og ofnæmi

Mikilvægt er að láta vita um ofnæmi fyrir lyfjum, röntgenskuggaefni eða öðru. Svæfingalæknir metur hvaða lyf eigi að taka að morgni aðgerðardags.

Kostnaður

Greiða þarf fyrir þjónustu á göngudeild B3.

Kvöldið fyrir aðgerð

Fasta

Nauðsynlegt er að fasta fyrir aðgerð til að minnka hættu á fylgikvillum í tengslum við svæfingu. Löng fasta er þó ekki góð fyrir líkamann og fólki liður betur eftir aðgerð ef eftirfarandi leiðbeiningum er fylgt:

- Klukkan 18 kvöldið fyrir aðgerð: Byrja að drekka sérstaka undirbúningsdrykki sem afhentir voru í innskriftarviðtali (alls 800 ml). Fá sér aukabita áður en farið er að sofa.
- Ekki má borða mat síðustu sex klukkustundir fyrir komu á spítalann.
- Óhætt er að drekka tæra drykki (1-2 glös í senn) þar til tvær klukkustundir eru í komu á spítalann. Tær drykkur er til dæmis vatn, tær ávaxtasafi og mjólkurlaust kaffi og te. Tveimur klukkustundum fyrir áætlaðan aðgerðartíma á að drekka sams konar undirbúningsdrykki (alls 400 ml) og kvöldið áður samkvæmt leiðbeiningum.
- Þegar á spítalann er komið veitir starfsfólk upplýsingar um hvort og hve lengi megi drekka fram að aðgerð.
- Ekki má nota tóbak síðustu tvær klukkustundir fyrir komu á spítalann.

Sturta með sótthreinsandi sápu

Til að minnka hættu á sýkingu í skurðsári er nauðsynlegt að fara í sturtu bæði kvöldið fyrir aðgerð og að morgni aðgerðardags. Í bæði skiptin þarf að nota sérstaka sótthreinsandi sápu samkvæmt leiðbeiningum. Ekki má nota svitalyktareyði, krem, fördunarvörur, naglalakk, ilmefti eða skartgripir eftir sturtuna og klæðast þarf hreinum fötum.

Annar undirbúningur

Við innlögn á deild er gott að hafa með sér þægileg föt, slopp, inniskó og afþreyingarefni. Nota má farsíma en stilla þarf á hljóðlausa hringingu.

Aðgerðardagur

Sótthreinsandi sturta

Áður en komið er á spítalann þarf að fara aftur í sturtu og nota sótthreinsandi sápu, eins og lýst er að ofan.

Mæting er á dagdeild A5 á 5. hæð Landspítala í Fossvogi á umsömdum tíma að morgni aðgerðardags.

Fyrir aðgerðina þarf að vera búíð að undirrita samþykki fyrir aðgerð og svæfingu. Óvæntar aðstæður geta valdið því að aðgerðartími breytist. Til að tryggja öryggi er endurtekið spurt um mikilvæg atriði svo sem nafn, kennitölu, ofnæmi, föstu og tegund aðgerðar. Þegar komið er á skurðstofu fer fram frekari undirbúningur fyrir aðgerðina. Til að komast að skurðsvæðinu er hár rakað af því svæði þar sem skurðurinn verður gerður en eins lítið og hægt er. Lengd aðgerðar fer eftir stærð og staðsetningu meins.

Eftir aðgerð

Eftir aðgerð tekur við dvöl á vöknunardeild þar sem fylgst er með líðan í 4-6 klukkustundir. Heimsóknir eru ekki leyfðar á vöknunardeild en nánasta aðstandandi er velkomið að hringja. Eftir það fer sjúklingur á hágæslueiningu heila- og taugaskurðeildar í einn sólarhring þar sem áfram er fylgst náið með ástandi og líðan. Aðeins einn aðstandandi má koma í heimsókn þangað í einu.

Verkir

Algengt er að finna fyrir vægum höfuðverk fyrst eftir aðgerð en ef mikill höfuðverkur gerir vart við sig, þarf að láta strax vita. Verkjalyf eru gefin reglulega og eftir þörfum. Sjúklingur metur styrk verkja á verkjakvarða þar sem 0 þýðir enginn verkur og 10 gríðarlegir verkir eða verstu hugsanlegu verkir. Mikilvægt er að láta vita um verki svo hægt sé að bregðast við. Hálssærindi geta komið eftir svæfinguna, en þau hverfa yfirleitt á 1-2 dögum.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Engir verkir			Vægir verkir		Miðlungs verkir		Miklir verkir		Gríðarlegir verkir	

Einkenni frá taugakerfi

Fylgst er reglulega með líðan og einkennum frá taugakerfi. Mikilvægt er að láta vita ef ber á sjóntruflunum, truflun á tali eða máttminnkun í útlimum.

Blóðsykursmælingar

Ef aðgerð er gerð vegna heilaæxlis eru oft notaðir starar til að minnka bólgu og bjúg og þá er aukin hættu á hækkuðum blóðsykri. Í þeim tilfellum er blóðsykur mældur reglulega.

Skurðsár

Þrýstingsumbúðir (vefjahöttur) eru yfir skurðsári á höfði og eru þær fjarlægðar tveimur dögum eftir aðgerð og þá má fara í sturtu og þvo hárið. Borið getur á kláða og dofa í kringum skurðsár. Ýmist er skurði lokað með heftum eða saumum sem þarf að fjarlægja 7-10 dögum eftir aðgerð. Sumir fá bjúg í kringum augun en það fer eftir staðsetningu skurðsárs. Hægt er að draga úr bjúgsöfnun með því að leggja kaldan bakstur yfir svæðið.

Matur og drykkur

Byrja má að drekka tæran vökva við komu á heila- og taugaskurðeild ef ekki ber á ógleði eða uppköstum. Daginn eftir aðgerð má borða almennt fæði.

Þvaglát og hægðir

Settur er þvagleggur í aðgerðinni og er hann fjarlægður eins fljótt og hægt er, yfirleitt daginn eftir aðgerð. Þegar búið er að fjarlægja þvaglegginn getur borið á þvagtrengu og því mikilvægt að láta vita ef ekki gengur að pissa eða lítið kemur af þvagi. Hægðamykjandi lyf eru gefin til að minnka hættu á hægðatregðu.

Rúmlega og hreyfing

Sjúklingur er á rúmlegu til næsta morguns. Höfðalag er haft hækkað í að minnsta kosti 30 gráður til að draga úr þrýstingi í höfði og bjúgsöfnun á höfði og andliti. Gott er að staðsetja koddan þannig að hann nái vel undir axlir til að halda sem eðlilegastrí stöðu á höfði. Snúa má sér að vild í rúmi, nema fyrirmæli séu um annað. Fara má fram úr rúmi daginn eftir aðgerð en mikilvægt er að hafa einhvern hjá sér vegna hættu á svima. Sjúkraþjálfari veitir aðstoð og leiðbeiningar um hreyfingu og æfingar.

Andleg líðan

Starfsfólk er reiðubúið að ræða við sjúkling og fjölskyldu um líðan þeirra og geta kallað aðra fagaðila til stuðnings ef þörf er á.

Útskrift

Útskrift er áætluð 3-5 dögum eftir aðgerð.

Fyrir útskrift þarf að vera búð að fá:

- Útskriftarfræðslu
- Fræðslu frá sjúkrahjálfa um hreyfingu og líkamsbeitingu
- Lyfseðil í lyfjagátt ef þörf er á
- Endurkomutíma hjá skurðlækni og saumatöku
- Vottorð fyrir fjarveru í vinnu eða skóla ef þörf er á

Útskriftarfræðsla

Verkir

Sjá fylgiblað um verkjameðferð eftir skurðaðgerð. Kælípoki getur dregið úr höfuðverk, bólgu og kláða. Kælipokann þarf að fódra með handklæði eða koddaveri áður en hann er lagður á skurðsár eða verkjastað í 10-20 mínútur.

Lyfjanotkun

Mikilvægt er að taka lyf samkvæmt ráðleggingum læknis. Ef teknir eru sterar eftir aðgerð, er nauðsynlegt að draga úr notkun þeirra smám saman og fylgja þá leiðbeiningum um niðurtöppun frá lækni. Ef tekin eru inn lyf til varnar krömpum má ekki hætta notkun þeirra án samráðs við lækni.

Akstur

Fylgja þarf ráðleggingum læknis um hvort og hvenær má aka bíl og ferðast í flugvél. Þegar byrjað er að keyra aftur, er mælt með að byrja á stuttum og kunnuglegum leiðum.

Skurðsár

- Skurðsári er lokað með málmheftum eða saumum. Yfir skurðsári eru stundum litlir límplástrar sem má fjarlægja eftir 5-7 daga eða þegar þeir fara að losna frá húðinni. Saumar og málmhefti eru fjarlægð um 7-10 dögum eftir aðgerð. Fylgjast þarf með útliti skurðsárs með tilliti til roða, bólgu og vessa. Algengt er að hársvörðurinn bólgni upp vegna bjúgsöfnunar á skurðsvæðinu.
- Óhætt er að fara í sturtu 2-3 dögum eftir aðgerð og þvo hárið með mildri sápu. Forðast ber alla óþarfa snertingu við sárið. Ekki má fara í baðkar eða sund fyrstu tvær vikurnar eftir aðgerð og ekki er mælt með að hár sé litað í fjórar vikur eftir aðgerðina.
- Ef hár var rakað af skurðsvæðinu finnst sumum þægilegt að vera með húfu eða annað höfuðfat þangað til hárið vex aftur. Skurðsár eru viðkvæm fyrir sterku sólarljósi í allt að 12 mánuði eftir aðgerð.

Matur og drykkur

Mikilvægt er að borða hollan mat og gæta vel að næringu til að byggja upp líkamann eftir aðgerðina. Æskilegt er að drekka um 1,5-2 lítra af vökva á dag. Gott er að taka inn lýsi eða annan D-vítamínjafa, sérstaklega yfir vetrartímann.

Þvaglát

Ekki ættu að verða breytingar á þvaglátum við aðgerðina.

Hægðir

Mikilvægt er að halda hægðum mjúkum og koma í veg fyrir hægðatregðu svo ekki þurfi að rembast en það eykur þrýsting í höfði. Mælt er með að drekka vel og borða trefjaríka fæðu svo sem ávexti, grænmeti og gróft brauð. Ef það dugar ekki er gott að drekka glas af sveskjusafa einu sinni til tvisvar á dag.

Hreyfing

- Hreyfing og djúþöndun er mikilvæg eftir aðgerð til að flýta fyrir bata og bæta starfsemi hjarta og lungna, hún dregur úr líkum á fylgikvilla eins og blóðtappa eða lungnabólgu. Ráðlagt er að hreyfa sig daglega og eru gönguferðir góður kostur til að byggja upp þrek. Gott er að auka vegalengdina smám saman sem gengin er.
- Þegar staðið er upp úr rúmi eða stól þarf að reisa sig hægt upp til að minnka hættu á höfuðverk eða svima. Einnig er ráðlagt að hafa aðeins hækkað undir höfði fyrstu vikuna þegar legið er út af. Hægt er að nota upprúllað handklæði eða aðra fyllingu undir dýnu eða kodd. Einnig er hægt að hækka höfðalag með því að setja trékubba undir rúmfætur.
- Forðast þarf hreyfingu eins og að hjóla, skokka, klifra upp í stiga og lyfta þyngri hlutum en 10 kg í þrjá mánuði eftir aðgerð vegna hættu á svima eða falli. Þegar byrjað er að stunda æfingar er ráðlegt að fara rólega af stað. Í vissum tilfellum ráðleggur læknir frekari takmarkanir á hreyfingu.

Kynlíf

Almennt má stunda kynlíf þegar fólk er tilbúið til þess.

Þreyta

Misjafnt er hve langan tíma tekur að jafna sig eftir aðgerðina. Búast má við þreytu og úthaldsleysi fyrstu mánuðina eftir aðgerð og eins getur borið á gleymsku og skorti á einbeitingu. Gott er að ná að minnsta kosti 6–8 klukkustunda nætursvefni og hvíla sig yfir daginn ef þörf er á. Góð næring, hreyfing, slökun og verkjameðferð getur dregið úr þreytu.

Andleg líðan

Einstaklingsbundið er hvenær fólk treystir sér til að taka aftur þátt í félagslífi og áhugamálum. Sumir finna fyrir kvíða og óöryggi eftir aðgerðina. Oft hjálpar að tala um líðan við sína nánustu og ræða við fagfólk um það sem veldur áhyggjum. Aðferðir eins og tónlist, slökun og hreyfing geta dregið úr andlegri vanlíðan en ef kvíði og drungi verða viðvarandi er ráðlagt að leita aðstoðar hjá heimilislækni.

Fylgikvillar

Fylgikvillar eru sjaldgæfir. Mögulegir fylgikvillar eru til dæmis lungnabólga, aukinn þrýstingur í höfði sem lýsir sér sem aukinn höfuðverkur, máttminnkun í útlimum og krampar, sérstaklega ef það hefur verið vandamál fyrir aðgerðina.

Eftirlit

Eftirlit eftir aðgerð er einstaklingsbundið og í samráði við heilaskurðlækni.

Hafa þarf samband við deildina eða leita á bráðamóttöku ef eftirfarandi hættumerki koma fram innan sex vikna frá aðgerð:

- Líkamshiti hærri en 38,5°C
- Verkir eru til staðar þrátt fyrir töku verkjalyfs
- Bólga, roði eða vessi í kringum skurðsár
- Slæmur höfuðverkur, stífur háls og/eða uppköst
- Bylta og höfuð slæst utan í harðan hlut
- Einkenni um þvagfærasýkingu: Hiti, tíð þvaglát, særindi við þvaglát, illa lyktandi þvag

Tafarlaust á að hringja í 112 ef eftirfarandi hættumerki koma fram:

- Mikill sljóleiki eða skerðing á meðvitund
- Erfiðleikar við öndun
- Skyndilegur brjóstverkur, mæði eða blóðugur hósti
- Truflun á tali eða sjóntruflanir
- Krampi

Ráðlagt er að fara yfir þennan lista með aðstandanda, þannig að hann geti hringt og fengið aðstoð ef þörf er á.

Símanúmer

Göngudeild skurðlækninga B3 (innskrift)	543 2060
Dagdeild skurðlækninga A5, opin virka daga frá klukkan 07:00 til 22:00	543 7570
Heila- og taugaskurðdeild B6	543 7600
Landspítali - skiptiborð (opið allan sólarhringinn)	543 1000

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja ef spurningar vakna.

Verkjameðferð eftir skurðaðgerð

Útskriftarfræðsla

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 á verkjalýf samkvæmt ráðleggingum. Yfirleitt er heppilegast að taka verkjalýf reglulega yfir daginn. Ekki er æskilegt að bíða eftir því að verkir verði slæmir því þá er erfiðara að ná stjórn á þeim. Ef verkir eru enn til staðar þrátt fyrir að verkjalýf séu tekin reglulega má taka verkjalýf til viðbótar samkvæmt ráðleggingum.

Ef þörf er á sterkum verkjalýfjum eftir aðgerð er ráðlagt að nota þau í eins stuttan tíma og hægt er. Þegar verkir minnka 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. Dæmi um sterk verkjalýf eru parkódín, tramadol og oxycodone.

Algengar aukaverkanir verkjalýfja

Algengt er að finna fyrir hægðatregðu og ýmiss konar óþægindum í maga en ekki er víst að allir finni fyrir aukaverkunum.

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 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 sem hefur fengið magasár eða magabólgur þarf að ráðfæra sig við lækni áður en bólgueyðandi verkjalýf eru notuð.

Slævandi áhrif

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

Önnur verkjameðferð

Aðferðir sem hafa reynst vel eru slökun, að hlusta á tónlist og dreifa athyglinni. Í sumum tilvikum geta kaldir bakstrar dregið úr verkjum. Í sumum tilvikum má ekki nota kulda sem verkjameðferð og því er nauðsynlegt að fá leiðbeiningar um notkun hjá heilbrigðisstarfsfólki.

Hafa þarf samband við deildina ef eftirfarandi einkenna verður vart:

- Verkir eru slæmir þrátt fyrir töku verkjalýfja
- Ofnæmisviðbrögð koma fram (kláði, útbrot, öndunarerfiðleikar)
- Mikill sljóleiki er til staðar