



## Viborg Privathospital - Patientinformation

Alt hvad du bør vide om  
**fjernelse af livmoderen**  
**(hysterektomi)**



# Velkommen til Viborg Privathospital



Denne vejledning er tænkt som en kort information om sygdommen, om den operative behandling og om efterbehandling og kontrol.

## Formål med undersøgelsen/operationen

De hyppigste årsager til at livmoderen fjernes er muskelknuder (fibromer), blødningsforstyrrelser, smerter/endometriose, celleforandringer eller kræft i livmoderen.

Fjernelse af livmoderen er et større indgreb, der kræver nøje overvejelse, derfor er det nødvendigt at foretage en forundersøgelse før operationen.

Ved forundersøgelsen orienteres om metoden, og det aftales om operationen også skal omfatte æggeledere og æggestokke (afhængig af alder og underlivssygdom).

## Risici og komplikationer

Følgende komplikationer kan opstå i forbindelse med operationen:

- Blodansamling, som oftest forsvinder af sig selv.
- Blødning som kræver fornyet operation.
- Betændelse i operationssåret eller andre sårproblemer.
- Blærebetændelse.
- Vandladningsproblemer i form af smerter og forsinket blæretømning kan forekomme i uger efter operationen.
- Bedøvelse indebærer ved enhver operation en vis, omend meget lille, risiko.

I meget sjældne tilfælde kan der forekomme:

- Blodpropper i benene.
- Skade på tarmen.
- Skade på blære eller urinledere.

## Forberedelse til operationen

Ved enhver operation gælder det, at en krop i god fysisk form er bedre til at komme sig end en krop i mindre god form. Samtidig bør du undgå rygning mindst fire uger før og efter operationen, da rygning nedsætter opheling af sår og knogler.

Endelig skal du træne musklerne så meget, dine smerter tillader det, ved at gå ture, cykle, svømme eller lignende. Spis desuden sundt— specielt er det vigtigt at få proteinrig kost, f.eks. kød, fisk, mælk og ost.

Hos nogle patienter er det nødvendigt at få taget blodprøver og EKG (hjertekardiogram) før operationen. Er det aktuelt, vil du blive informeret herom.

## Kosttilskud

### Kostens betydning i forbindelse med operation

For ikke at miste kræfter i forbindelse med en større operation er det vigtigt, at du får en kost med ekstra proteiner og ekstra energi i. Hvis du taber dig i forbindelse med operationen, er det muskelvæv du taber og det vil derfor tage ekstra tid før du genvinder dine kræfter og kommer dig igen.

Nogle har nedsat appetit, kvalme og eventuelt opkastninger efter en operation. Det skyldes ofte bedøvelsen eller den smertestillende medicin.

# Viborg Privathospital - patientinformation



Vi kan gøre flere forskellige ting for at afhjælpe kvalmen, for eksempel kan du få kvalmestillende medicin.

Det er ligeledes vigtigt, at du drikker 1½-2 liter væske pr. døgn.

Efter operationen er det vigtigt, at dit protein- og energiindtag er tilstrækkeligt, da det har betydning for sårheling og din evne til at gennemføre træning.

Protein findes i kød, fisk og fjerkræ, æg, mælkeprodukter, mandler, nødder og ost. Det er godt at fortsætte med at spise protein- og energirig kost indtil du ikke længere er træt. Træthed kan også skyldes lav blodprocent.

Det kan anbefales at supplere kosten med et jerntilskud i form af jerntabletter eller Kräuterblut, der begge er håndkøbsmedicin eller du kan spise grønne grøntsager.

## På operationsdagen

Hvilken medicin må jeg tage hjemmefra?

Du skal tage din vanlige medicin på operationsdagen med en lille mundfuld vand. Dog kan der være medicin som du ikke må tage på operationsdagen, men dette vil du blive informeret om ugen før operationen. Ved operationen må du ikke have sår, bumser eller lignende i operationsområdet. Hvis du er i tvivl om et sår, bedes du kontakte os senest dagen før operation.

Det er vigtigt, at du tager et bad inden du tager hjemmefra, og du må ikke anvende nogen form for creme/bodylotion på operationsområdet.

## Faste

Du skal møde fastende, dvs. fra 6 timer før mødetidspunktet, må du ikke spise, ryge eller drikke. Se også den pjece, som du har fået udleveret om fuld bedøvelse.

## På hospitalet

### Før operationen

Du vil få en samtale med den kirurg, der skal operere dig, og kirurgen vil opmarkere operationsstedet. Herefter vil du få en samtale med narkoselægen om selve bedøvelsen og du vil få smertestillende medicin, som forberedelse til bedøvelsen.

Du får dit eget aflåste skab til tøj. Efterlad venligst værdigenstande og smykker hjemme.

### Selve operationen

Operationen foregår i fuld bedøvelse, eventuelt suppleret med rygbedøvelse ved åben metode.

Der er forskellige operationsmetoder helt afhængig af forholdene. Erfaring viser, at patienter har det meget bedre umiddelbart efter operationen, hvis livmoderen er fjernet enten via skeden eller efter kikkertmetoden.

### Vaginal hysterektomi

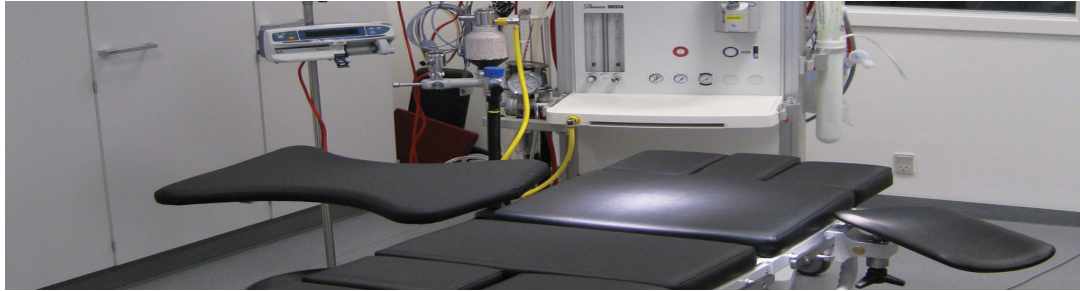
Almindeligvis er den foretrukne operationsmetode via skeden, hvis det drejer sig om en livmoder, som ikke er specielt forstørret og det ellers er teknisk muligt at "komme til" nedefra. Oftest er det ikke noget problem, hvis kvinden tidligere har gennemgået en normal fødsel. Ved denne metode fjernes også livmoderhalsen.

Livmoderen løsnes nedefra, d.v.s. gennem skeden, og livmoderen fjernes også gennem skeden. Til sidst sys skedetoppen sammen og der lægges en gazestrimmel i skeden. I mange tilfælde vil der også være et kateter i blæren og måske et dræn i skedetoppen.

Gazestrimmel, kateter og dræn kan normalt fjernes dagen efter operationen.

En sjælden gang kan der opstå vanskeligheder under operationen, som kan gøre det nødvendigt for lægen at gå over til åben operation. Hvis det sker, vil operationen foregå som beskrevet nedenunder (laparoskopisk).

# Viborg Privathospital - patientinformation



## Abdominal hysterectomi (åben metode)

Den traditionelle "gammeldags" operation, hvor livmoderen bliver fjernet via et snit på maven. Denne metode anvendes blandt andet ved store muskelknuder.

Huden sys sammen med selvopløselig tråd eller den lukkes med agraffer (metalklammer). Man skal til egen læge på 10. dagen for at få fjernet agrafferne.

## **Indlæggelse efter abdominal hysterectomi**

Indlæggelsen varer almindeligvis mindre end et døgn. Se pjecen om indlæggelsesafsnittet.

Efter operationen kan man døje med kvalme, specielt efter den åbne operation, og personalet vil være til rådighed og udlevere medicin mod kvalme og opkast. Ligeledes vil man hjælpe med smertestillende medicin efter behov.

## **Efter operationen**

Efter operationen vågner du op i rolige omgivelser på opvågningsstuen. Her overvåges du af specialuddannet personale, indtil du er klar til at blive overflyttet til indlæggelsesafsnittet.

Inden hjemsendelsen vil du blive orienteret af kirurgen om selve operationen og den efterfølgende plan. Samtidig får du en kopi af journalen udleveret eller den vil blive sendt til dig efterfølgende.

## **Når jeg kommer hjem**

### **De første dage efter operationen**

Du vil være øm i maven de første uger efter operationen. Hvis livmoderen er fjernet gennem bugvæggen, har man ofte specielt ondt i maven de første par dage efter operationen og derfor behov for regelmæssig smertestillende medicin som foreskrevet. I øvrigt gælder det for alle patienter, som har fået fjernet livmoderen, at det er vigtigt, at du tager den anbefalede smertestillende medicin. Du vil få udleveret smertestillende tabletter til de første dage ved udskrivelsen, men det er vigtigt, at du sørger for at have for eksempelvis Panodil derhjemme.

Du skal tage den med ro den første uges tid efter operationen. Du må regne med, at der går nogle uger inden du helt har genvundet dine kræfter og din energi. De første to uger bør du ikke løfte tunge ting (mere end 10 kg) eller dyrke hård sport, men du må gerne gå ture.

Du må gerne tage brusebad, men må først tage karbad og svømme når du ikke længere bløder fra skeden.

# Viborg Privathospital - patientinformation



Den første tid efter operationen vil der være en smule blødning eller blodigt udfåld, som er betydningsløst.

#### Ved fjernelse af hele livmoderen:

Du kan have lidt blødning fra skeden den første uge og herefter brunligt udfåld i op til 3-4 uger efter operationen.

Når såret i toppen af skeden falder af efter cirka 10 dage, kan der komme lidt frisk blødning. Du må ikke bruge tampon, så længe der er blødning. Vi anbefaler, at du bruger hygienebind.

#### Ved fjernelse af livmoderen med bevarelse af livmoderhalsen:

Du kan have pletblødning den første uge efter operationen. Hos enkelte kvinder, der ikke har passeret overgangsalderen, kan der komme en lille blødning på menstruationstidspunktet.

De første dage efter operationen har du sandsynligvis ikke afføring. Hvis du drikker rigelig væske, spiser godt og bevæger dig, kommer der hurtigere gang i tarmen. Desuden er det vigtigt for sårhelingen og mave-tarmfunktionen at du spiser protein – og fiberrigt.

Det er almindeligt at føle sig træt de første uger efter operationen. Trætheden skyldes tab af muskelmasse, at du har spist mindre end du plejer, eventuel lav blodprocent og en stressreaktion. Vi anbefaler daglige gåture og varieret kost. Tag eventuelt tilskud af jern, hvis du har lav blodprocent.

#### **Ugerne efter operationen**

##### **Sygemelding**

Man må regne med sygemelding i 3-4 uger afhængig af arbejde og alder. Man kan i løbet af de første par uger gradvist genoptage de hjemlige aktiviteter.

Almindelig motion såsom løb og cykling kan genoptages cirka en uge efter operationen eller når du føler dig klar til det.

Bækkenbundstræning og knibeøvelser anbefales umiddelbart efter operationen.

Såret i toppen af skeden er først helet efter cirka tre uger, og derfor kan du bløde i den periode. Du og din partner kan genoptage samlivet, når det ikke længere bløder.

Fjernelse af livmoderen forandrer ikke skedens størrelse, og din seksuelle funktion påvirkes ikke. Det er dog normalt, at der kan forekomme ubehag ved samleje i op til 8-12 uger efter operationen.

Du skal ikke til kontrol efter operationen.

Hvis din livmoderhals ikke er fjernet, skal du have taget en celleprøve cirka hvert 3. år hos din egen læge.

Er livmoderen fjernet gennem bugvæggen, skal eventuelle agrafter i huden fjernes hos egen læge efter en uge.

# Viborg Privathospital - patientinformation

Se meget mere på [viborgprivathospital.dk](http://viborgprivathospital.dk)



## Spørgsmål

Opstår der inden operationen spørgsmål, som du har behov for at få afklaret, er du velkommen til at tage kontakt til Viborg Privathospital. Dette gælder også, hvis der opstår problemer eller hvis du er i tvivl om noget efter operationen.

Du er altid velkommen til at kontakte Viborg Privathospital.

## Patientrettigheder

Vi beder dig kontakte klinikchef Søren Kjeldsen på telefon 87 25 08 99, hvis du som patient eller pårørende har modtaget en behandling, som du ikke er tilfreds med.

## Øvrige klagemuligheder

Hvis du er kommet til skade som følge af en behandling eller efter brugen af et lægemiddel, kan du henvende dig til Viborg Privathospital.

## Patientforsikringen

Nytorv 5  
1450 København K  
Telefon 33 12 43 43  
[www.patientforsikringen.dk](http://www.patientforsikringen.dk)

Hvis du vil klage over den behandling, du har modtaget eller f.eks. over brud på dine rettigheder som patient, kan du henvende dig til Patientombuddet eller patientkontoret i regionen.

## Patientombuddet

Frederiksborggade 15, 2. sal  
1360 København K  
Telefon 72 28 66 00  
[www.patientombuddet.dk](http://www.patientombuddet.dk)

## Viborg Privathospital

Viborg Stadion, indgang 0  
Stadion Allé 7, 2.  
8800 Viborg

Telefon: 87 25 08 99  
Telefontid:  
Man. – tors. kl. 08.15-15.30  
Fredag kl. 08.15-15.00  
Fax: 87 25 08 98

[post@viborgprivathospital.dk](mailto:post@viborgprivathospital.dk)  
[www.viborgprivathospital.dk](http://www.viborgprivathospital.dk)

Udarbejdet 25.09.11 af Tina Hansen  
Revideres september 2014