

Til patienter og pårørende

Udskrivelse efter hofte- eller knæoperation



Ortopædkirurgisk Afdeling

Værd at vide efter operationen

Smertebehandlingen

- Fremgår af medicinlisten, som udleveres og gennemgås ved din udskrivelse.
- Den første tid efter operationen vil du have brug for at tage fast smertestillende 3 - 4 gange dgl. og måske i perioder lidt ekstra medicin i form af et morfin-præparat
- Når du udskrives er der lagt elektroniske recepter ud på apotekets server.
- Hvis du alligevel har brug for yderligere smertestillende, bedes du henvende dig ved din egen læge og aftale den videre behandling.
- Det er vigtigt, at du tager medicinen, så du kan udføre dine øvelser. Tag evt. ekstra smertestillende medicin, en halv time før du laver øvelser.
- Der kan også være brug for at tage ekstra smertestillende medicin, hvis du har gået meget og i det hele taget har været mere i gang.
- Når du ønsker at reducere dit smertestillende medicin, anbefaler vi, at du først ophører med morfinpræparatet.

Mave/ tarm funktionen

Smertestillende medicin kan give forstoppelse/ træg mave. Tager du morfin, anbefaler vi, at du dagligt tager afføringsmidler. Disse kan købes i håndkøb på apoteket. Husk at drikke rigelig væske, bevæg dig så meget som muligt og spis fiberrig kost.

Sårpleje

Når du udskrives har du et vandfast plaster på. Det betyder, at du kan gå i brusebad, men ikke i karbad eller svømmehal.

Aftaler vedr. dit plaster:

- Skal skiftes ca. 5 til 7 dage efter din operation
- Skal ikke skiftes med mindre, at det bliver løst, eller hvis såret væsker og plasteret bliver gennemsvivet
- Andet _____

Hvis dit plaster skal skiftes er følgende aftalt:

- Du eller dine pårørende skifter plasteret
- Hjemmesygeplejersken skifter plasteret
- Andet _____

Hvis du eller dine pårørende selv skifter plaster

- Start med at vaske hænder
- Undgå at såret kommer i kontakt med urenheder.
- Undgå at røre ved såret
- Undgå at røre ved det sugende materiale på plasteret.
- Såret skal ikke renses

Hvis der kommer tiltagende blødning / sivning, varme, rødme, smerter, eller du får feber, er det vigtigt, at du kontakter os i ambulatoriet eller sengeafsnittet

Hævelse og misfarvning af opererede ben

- Det er normalt, at det opererede ben hæver.
- Det kan evt. afhjælpes ved, at du ligger med benet højt - gerne over hjerteniveau.
- Hvis hævelsen tiltager og der tillige kommer smerter og rødme af benet, bedes du henvende dig i ambulatoriet eller sengeafsnittet.
- Der kan forekomme misfarvning (blå mærker) på det opererede ben, hvilket skyldes blodudtrækning under huden. Blodet fordeler sig med tyngdekraften, så der kan forekomme misfarvninger
- Dette er normalt, og kan tage uger inden det forsvinder helt.

Fjernelse af tråde eller clips

- Vi anbefaler, at du får fjernet tråde eller clips i Ortopædkirurgisk Ambulatorium ca. 14 dage efter operationen - *tiden sendes til dig.*
- Her kan vi vejlede dig, hvis du skulle have nogle spørgsmål i forhold til operation, træning eller andet smertebehandling.

Kost

- Drik rigeligt med væske og spis proteinrig og evt. fiberrig kost
- Når du er blevet opereret, kan du have mistet noget blod. Det kan der kompenseres for, ved at tage jerntabletter, som købes i håndkøb. Det kan også være hensigtsmæssigt at spise jernholdige fødevarer som f.eks. tørrede frugter, nødder, grønne grøntsager, kød og indmad.

Træningaftaler

- Egen træning
- Kommunal genoptræning
- Andet

Andre aftaler:

Sygehus Sønderjylland
Ortopædkirurgisk Afdeling
Kresten Philipsens Vej 15 . 6200 Aabenraa
Tlf. 7997 0000
www.sygehussonderjylland.dk

Kontakt

Ved behov for kontakt efter udskrivelse, bedes du kontakte den afdeling, du er blevet opereret på:

Sønderborg:

Hverdage til Ambulatoriet mellem kl. 8-15 på telefon
nr. 79 97 56 59

Aften, nat og weekend til Sengeafsnit B /24 på telefon
nr. 79 97 44 21

Aabenraa

Ortopædkirurgisk Sengeafsnit døgnet rundt på telefon
nr. 79 97 18 37