

Till dig som skall Opereras på Capiro Sportsmedicin

Gällande din del i förberedelserna inför din operation.



.....

Du är välkommen till oss på Capio Sportsmedicin Specialistvård för operation.

Adress: Kuratorsvägen 2 B, 907 36 Umeå

Datum Tid

Operatör

Inför detta skall följande delar vara utförda:

- *Blodprover, urinprov, ev ekg samt blodgruppering:*
Dessa tar du på kem lab NUS eller på hälsocentralen **så snart du kan, senast 1 vecka innan operationen. *BAS test*** ska tas på kem lab NUS **dagen innan operationen alt operationsdagens morgon.** Remissen "Blodcentralen" tar du med dig.
- *Hälsoenkät via 1177.se.* Den fyller du i **så snart du kan**
- *Köp Descutansvampar på apoteket*
- *Fyll i basformulär svensk rygg register, länk kommer efter du blivit opererad.*

När ovan information inkommit/ genomförts kommer narkosläkare på Capio Sportsmedicin göra en narkosbedömning via din journal och vb kontakta dig för mer information.

Du ska vara rökfri 8 veckor innan och 8 veckor efter operationen enl våra rutiner.

- För att minska riskerna i samband med operation och sövning.
- För att optimera sårhäknings

Tel Operationsplanerare 090-785 93 35

Läs noggrant igenom informationen

- ★ Du skall vara helt fastande 6 timmar innan den tid du blivit kallad men fram till 2 timmar innan din kallade tid får du dricka vatten eller saft.
- ★ Läkemedel. Se bifogad information
- ★ Du får inte köra bil själv efter operationen utan du måste ordna så att du blir hämtad eller kan ta en taxi. Du går hem samma dag som operationen eller dagen efter. Räkna med att du skrivs ut några timmar efter avslutad operation vid dagkirurgi. Önskar du att patienthotellet bokas i anslutning till operationen hör av dig. Efter operationen behöver du ha någon anhörig/bekant hos dig första dygnet.
- ★ Avboka om du känner dig sjuk eller fått hudåkomma i op området.
- ★ Lämna smycken hemma, tag även bort ev piercingsmycken.
- ★ Ev färgat nagellack skall vara borttaget, även på lösnaglar.
- ★ Du är kallad till en bestämd tid, men avsätt hela dagen och var beredd på att det kan bli väntan.

Tvättinstruktion

Infektion efter operation är sällsynt men en allvarlig komplikation. Du kan minska risken genom mycket noggrann tvättning med bakteriedödande tvål enligt dessa instruktioner.

Inför den operation du skall genomgå skall du duscha med Descutan. För att uppnå god effekt är det viktigt att duschen genomförs korrekt. Varje dusch är en sk dubbeldusch, vilket innebär att hela kroppen, förutom håret, tvålås in 2 ggr vid varje duschtillfälle. **Var särskilt noga med runt armhålor, navel, ljumskar och könsorgan.**

Håret skall alltid tvättas, använd vanligt hårschampo. Raka inte benen eller aktuellt operationsområde. Var försiktig med huden kring operationsområdet. Undvik att skrubba, klia eller annat som kan skada huden.

Du får inte använda vanlig tvål eller hudlotion i samband eller efter dusch med Descutan, då detta kan förstöra effekten av Descutan.

Om du inte tål Descutan, rådfråga personalen hur du skall göra!

Så här gör du:

1. Fukta första impregnerade svampen
2. Duscha/ blöt ner hela kroppen och håret
3. Tvätta håret med vanligt schampo, dock ej balsam
4. Tvåla in hela kroppen med första svampen. Börja med överkroppen. Låt medlet verka 2-6 minuter.
5. Skölj av kroppen och håret. Stäng av duschen.
6. Upprepa punkt 2-5 med den andra svampen.
7. Torka av med ren handduk. Du har nu genomfört din första dubbeldusch.
8. Tag på rena kläder.
9. Sov i nybäddad säng med rena sängkläder.

Operationsdagens dagens morgon:

1. Dusch med tredje samt fjärde svampen enligt ovan tvättrutin.
2. Torka med ren handduk.
3. Tag på rena kläder.

Efter operationen:

- * Du får ej köra bil de närmaste dagarna efter operationen, så du behöver ordna spå att någon hämtar dig då du blivit utskriven från Capio Sportsmedicin.
- * Ev övernattnig på hotell Björken bokar du hos operationsplanerare på ryggenheten.
- * Opererande läkare ordnar med din sjukskrivning innan du lämnar Capio Sportsmedicin.
- * Sårkontroll hos distriktssköterska 14 dagar efter operationen. Då tas även eventuella stygn bort.
- * Förbandet skall sitta på till sårkontroll. Blöder det igenom skall det enbart förstärkas med nytt förband på det befintliga. Obs! Tag kontakt med vården om det börjar göra mer ont, vätskar mera, blir rodnat runt förbandet eller att du får feber.
- * Du får besked av operatören vilka läkemedel du åter igen kan börja ta enligt din tidigare ordination.
- * Operatören ger dig information om vad du kan göra efter operationen och inte gällande i vardagssysslor, ex handla mat, bära tungt, snöskottning mm
- * Sjukgymnastik:
 - Då du kommit hem ringer du själv till vår sjukgymnast Anna Rosberg på telefonnummer 090-786 43 44. Går det ej att få kontakt direkt så ring igen. Vår sjukgymnast svarar i telefonen förutom då hon är i direkt patientvård.
- * För att utveckla ryggkirurgin i Sverige skickas ett brev med en länk och en kod så du kan gå in på din dator och fylla i hur ditt tillstånd var FÖRE din operation.
- * Vid ytterligare frågor efter operationen ring Ortopedmottagning NUS 090-785 91 47