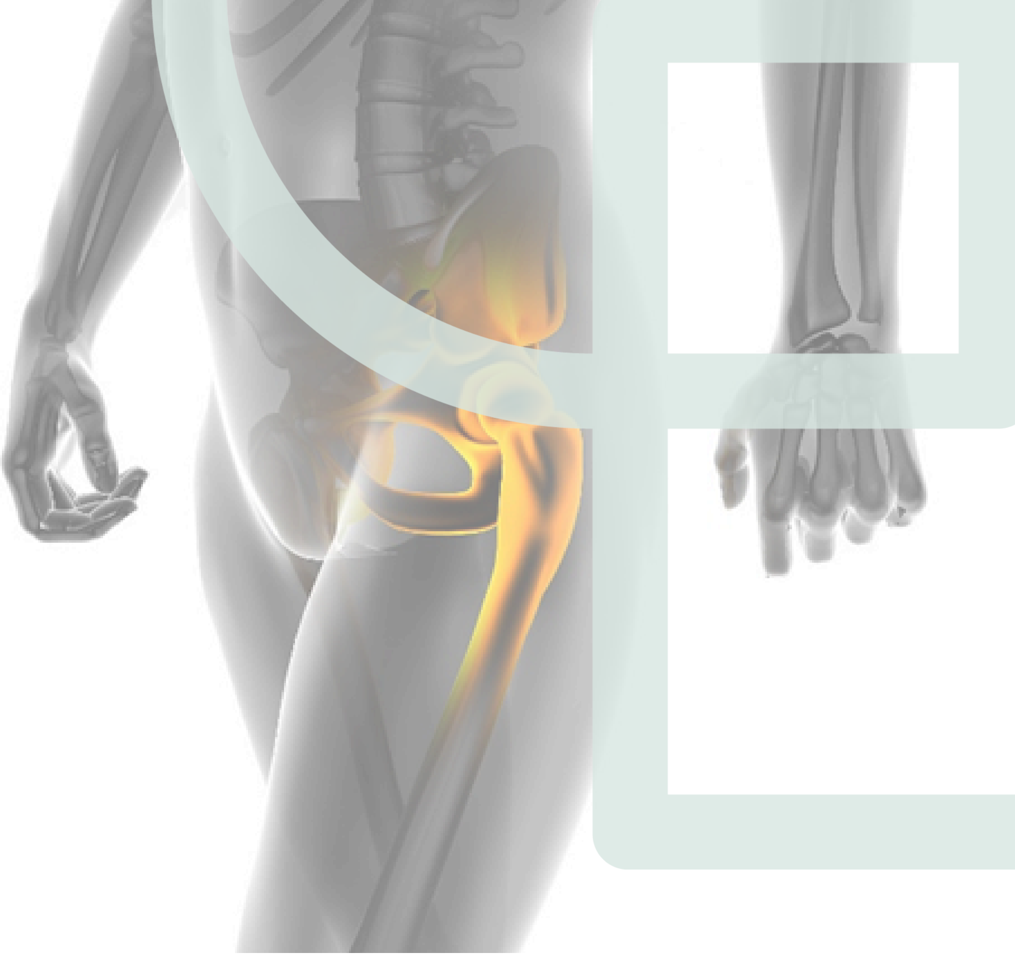


NÝGGJA MJØDN

Kunning

SJÚKRAHÚS
VERKIÐ

INNIHALDSYVIRLIT SÍÐA

Endamál við faldaranum....3

Kunning til tín, ið skal skifta mjødn....3

Fyrireiking
- Blóðroyndir....4
- Fysioterapi....4
- Leiðbeiningin....4
- Journalupptøka....4

Áðrenn skurðviðgerð
- Ymiskt tú sjálv/ur kann gera....5
- Blóðtynnandi heilivágur og fiskaolja....5
- Fyrireiking til innlegging....6
- Fasta áðrenn skurðviðgerð....6

Innleggingardagin
- Við komu....7
- Skurðviðgerðin....7

Aftaná skurðviðgerðina....8

Við útskrivan....8

Aftaná útskrivan....10
- Góð ráð aftaná útskrivan....10

ENDAMÁL VIÐ FALDARANUM

Endamálið við faldaranum, er at fyrireika teg, ið skal hava nýggja mjødn. Í faldaranum kanst tú lesa um, hvussu tú skalt bera teg at fyri og eftir skurðviðgerð. Afturat hesum, hvør tín partur er til tess at tryggja, at úrslitið gerst so gott sum møguligt.

Fólk við pínu í mjødnini vegna slitgigt ella liðagikt, hava í mong ár fingið hesa skurðviðgerð. Orsøkin til skurviðgerðina er í næstan øllum førum pína, og fyri pínu hevur skurðviðgerðin víst sera góð úrslit. Áleið 90% verða pínufrí innan eitt ár eftir skurðviðgerðina.

Tú fær eitt brævv, antin á MínBoks ella sum vanligan post, um nær tú skal møta til fyrireiking áðrenn skurðviðgerðina. Harafturat fært tú eina tíð til sjálva skurðviðgerðina, umframt kunning um deildina, somuleiðis á MínBoks ella í postkassan. Nøgdsemiskanningin skal útfyllast undir innleggjan.

KUNNING TIL TÍN, IÐ SKAL SKIFTA MJØDN

Á heimasíðuni hjá Sjúkrahúsverkinum, www.sjukrahus.fo, er kunning at finna um sjúklingagongdina. Tað kann vera hent at hyggja eftir áðrenn skurðviðgerðina, soleiðis at tú hevur fyrireikað teg.

INNKALLING TIL FYRIREIKING ER VANLIGA 1-2 VIKUR ÁÐRENN SKURÐVIÐGERÐINA. FYRIREIKINGIN ER:

- Blóðroyndir
- Vegleiðing um heimavenjingar
- Journalupptøku og praktisk kunning við sjúkrarøktarfrøðingi og/ella lækna

BLÓÐROYNDIR

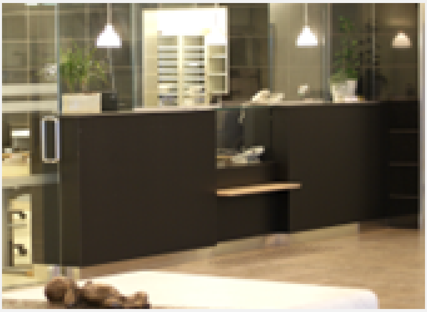
Um tú hevur fingið ein blóðroyndarseðil, skalt tú møta upp til høgru fyri leiðbeiningina í forhøllini. Fylg skeltinum "blóðroyndir". Bílegg tær eina tíð til at taka blóðroynd á heimasíðu okkara, www.sjukrahus.fo.

LEIÐBEININGIN

Sig frá í leiðbeiningi, at tú ert komin. Starvsfólk á ambulatoriinum og í fysioterapiini fær boð frá leiðbeiningini.

FYSIOTERAPI

Tú kemur til vegleiðing í fysioterapiini á H0 áðrenn skurð-viðgerð. Her fært tú vegleiðing og gjøgnumgongd av heima-venjingini. Tú fært eisini høkjur heim við, sum tú kanst venja við heima.
Høkjurnar tekur tú við á sjúkra-húsið, tá tú skal skurðviðgerðast.



Leiðbeiningin í forhøllini

JOURNALUPPTØKA

Journalupptøkan verður gjørd á skurð-ambulatoriunum á B3. Leiðbeiningin kann vísa tær vegin um tað er neyðugt. Lækni fremur journalupptøkuna, ið snýr seg um spurningar um áður gjørdar skurðviðgerðir og sjúkur hjá tær, um tú tekur heiligvág, hevur ovurviðkvæmi og annað, sum ein stutt klinisk kanning. Sjúkrarøktarfrøðingur kannar síðani vekt, hædd og blóðtrýst, og kunnar teg um møtitíð, stað og onnur praktisk viðurskifti.

ÁDRENN SKURÐVIÐGERÐ

Ymiskt tú sjálv/ur kann gera

Tað er týdningarmikið at gera sítt fyri, at heilsan er góð upp undir eina slíka stóra skurðviðgerð. Niðanfyri eru nøkur góð ráð:

- Verð virkin í dagligdegnum
- Royn venjingarskránna nakrar ferðir áðrenn skurðviðgerðina
- Et heilsugóðan og proteinríkan kost
- Ikki roykja – um tú gert, gevst so tíðiliga sum møguligt
- Hald tennirnar sunnar, tryggja tær helst at eingin fjaldur bruni er í tonnunum áðrenn skurðviðgerðina
- Tryggja tær, at tú ikki hevur sár á kroppinum
- At aðrar sjúkur, sum ov høgt blóðtrýst ella diabetes, er væl viðgjørt

Blóðtynnandi heilivágur og fiskaolja

Tað er umráðandi, at tú heldur steðg við blóðtynnandi heilvágsviðgerð áðrenn tú skal skurðviðgerast. Hvussu langur steðgurin skal verða, verður avtala við skurðlæknanum.

Um tú vanliga tekur fiskaolju, er sera týdningarmikið, at tú heldur ein steðg við hesum í minsta lagið 1 viku áðrenn skurðviðgerð.

Fyrireiking til innlegging

Tá tú fært boð, um nær tú skal til skurðviðgerð, verður tú biðin um at fortelja hvagar tú skal útskrivast til. Innleggingartíðin er stutt, vanliga eitt døgn, og tað er týdningarmikið at tú hevur gjørt av, um tú skal heim ella aðrastaðni.

Tá tú fert heim verður krav sett, um at onkur er heima hjá tær teir fyrstu 24 timarnar eftir skurðviðgerðina. Tað er bert galdandi, um tú verður útskrivað/ur sama dag, sum sjálv skurðviðgerðin verður framd.

- Tú skalt hava klæðir við, sum eru løtt at fara í og úr, t.d. joggingbuksur og góðar skógvar, ið hava hælkapp
- Mælt verður til, at prýðislutir og peningur eru eftir við hús
- Loyvt er at hava farteldu og fartelefon. Tó skal hetta ikki verða til ampa fyri onnur
- Kvøldið fyri innleggingardagin skalt tú fara í bað
- Tú skalt ikki nýta neglalakk, húðkrem ella smyrsl
- Høkjurnar og venjingarskráin frá fysioterapeutinum skulu takast við

Fasta áðrenn skurðviðgerð

Tú skal vera fastandi frá fastari føði og mjólkaproduktum 6 tímar áðrenn skurðviðgerðina, og 2 tímar áðrenn fyri drekka (vatn og saft). Vanliga verður sagt, at tú skal vera fastandi frá midnátt áðrenn skurðviðgerðina, eins og tú í seinasta lagið kann drekka vatn ella saft kl. 06:00, um morgunin á skurðdegnum.

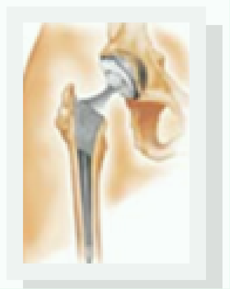
INNLEGGINGARDAGURIN

Við komu

Boða frá í leiðbeiningini, tá tú er komin. Tey, sum vera skurðviðgjørd fyrst verða biðin um at møta kl. 07:00, ímeðan tey sum verða skurðviðgjørd seinni á degnum møta kl. 09:00.
Síðani verður tú biðin um at fara á deildina Dagskurð, har tú verður klárgjørd/ur til skurðviðgerðina. Har fært tú klæðir, eitt venflon (plastnál inn í eina æðr til heilivág) og heilivágin tú skal hava áðrenn skurðviðgerðina.
Skurðlæknin kemur at heilsa upp á teg, og teknar eitt "X" á mjødnina, ið skal skurðviðgerast.
Tú verður flutt/ur til operatiónsgongdina, har tú møtir narkosu sjúkrarøktarfrøðingunum og læknanum, sum skulu standa fyri doyvingini til skurðviðgerðina.
Vanliga er talan um spinaldoyving, sum merkir at tú fær lagt doyving inn í ryggin við einari nál, sum doyvir beinini soleiðis, at tú ikki merkir ella fær brúkt tey. Um tørvur er á tí, kanst tú fáa okkurt at sova av undir skurðviðgerðini.

Skurðviðgerðin

Slitnu partarnir í mjødnini verða skiftir út við metal og plast. Skurðviðgerðin tekur uml 1-1,5 tíma. Eftir skurðviðgerðina skalt tú til viðrakning, inntil tú fær førleikan at fara á beinini aftur.



AFTANÁ SKURÐVIÐGERÐINA

Komin á deildina aftur eftir skurðviðgerð, skalt tú upp at ganga. Hetta fært tú hjálp til. Tað er av alstórum týdningi at tú kemur upp at ganga sama dag, sum skurðviðgerðin er framd, og helst fleiri ferðir.
Fyri at tú skal hava tað gott eftir skurðviðgerðina, fært tú ymisk sløg av heilivági. Tað er pínustillandi, kvalmastillandi og blóðtynnandi. Tað síðst nevnda fært tú einans undir innleggjan, og tað er til at fyribyrgja blóðtøppum í beinunum.

VIÐ ÚTSKRIVAN

Innleggingartíðin er í miðal 0-2 dagar. Nøkur fara heim á skurðdegnum (á kvøldi), og hetta er oftast avtala áðrenn. Tú kanst annaðhvørt útskrivast um morgunin, á miðdegi ella um kvøldi.

Við útskrivan skalt tú:

- Klárar at ganga og um neyðugt, eisini í trappum
- Klárar at fara í og úr songini
- Klárar ymiskar gerandisstøður, sum at fara á vesi
- At pínustillandi viðgerðin er nøktandi
- At títt blóðprosent (hæmoglobin) er í rættari legu
- At tú hevur tikið røntgenmynd av mjødnini, ið er skurðviðgjørd

Áðrenn útskrivan verður tú biðin um at svara nøgdsemiskanning. Kanningina fært tú frá einum sjúkrarøktarfrøðingi undir innleggjan.

Tú fær ein pakka við heim, ið hevur:

- Yvirlit yvir heilvági, sum tú skal taka
- Heilivág til fyrstu dagarnar, m.a. pínustillandi, kvalmastillandi og fyri at halda gongd í búkinum
- Eyka plástur til skurðin
- Eina tíð til uppfylgjan í ambulatoriinum áleið tvær vikur eftir skurðviðgerðina, har sárið verður kannað. Vanliga verður seyma aftur undir húðini, soleiðis at eingin tráður ella klips eru at takað.
- Telefonnummar til deildina, sum tú kann ringja til eftir útskrivan, um tú ivast í onkrum ella er bangin fyri at okkurt ikki er, sum tað skal tær næstu tríggjar vikurnar eftir skurðviðgerðina

Um tørvur er á tí, fært tú eina sjúkramelding. Sjúkrameldingin er vanliga í upp til tríggjar mánaðir fyri tey, ið hava eitt kropsligt krevjandi arbeiði.

AFTANÁ ÚTSKRIVAN

Aftaná útskrivan verður tú biðin, um at koma til kanning av sárinum frá skurðinum í ambulatoriinum tvær vikur eftir skurðviðgerðina. Sjúkrarøktarfrøðingur kannar skurðin. Eitt nýtt plástur verður sett á, at hava á í 1-2 dagar. Eftir hetta er ikki neyðugt at nýta plástur, um sjúkrarøktarfrøðingurin ikki sigur annað. Eisini ringir ein fysioterapeutur til tín, 6 vikur aftaná skurðviðgerðina.
Harafturat vilja vit fegin fylgja við hvussu tað gongur tær og nýggju mjødnini. Tí senda vit tær eitt spurnarskema 3., 6., 12. og 24. mánaða eftir skurðviðgerðina. Hetta er eitt elektroniskt spurnarskema, sum tú fær sendandi frá okkum.
Fært tú avbjóðingar við nýggju mjødnini, m.a. at tú fært nógva pínu, kanst tú ringja til okkum, so finna vit eina tíð, har skurðlæknin kann síggja teg.

Góð ráð aftaná útskrivan

- Endurvenjing og førleikarnir skulu endurvenjast stigvíst
- Tú kanst koyra bil aftur, tá tú hevur fult tamarhald á beininum. Tað tekur vanliga áleið seks vikur, áðrenn fólk eru før fyri at koyra bil aftur. Eisini er krav, at tú ikki tekur morfin, sum pínustillandi heilvág, tí tá er ikki loyvt at koyra bil

SPURNINGAR OG VIÐMERKINGAR

Vit ynskja tær góða eydnu við nýggju mjødnini

Blíðar heilsur

Starvsfólkini á skurðdeildini

SAMBAND

Skurðdeildin G4/H2
Tlf.: 304500 lokal nr. 5004/4961

Fysioterapideildin
Tlf.: 304500 lokal nr. 4850

Ortoped-ambulatoriið
Tlf.: 304623

Læknaskrivari
Telefontíð gerandisdagar millum kl. 10.00 og 12.00
Tlf.: 304500 lokal nr. 5123/5126

SJÚKRAHÚS VERKIÐ