

Hjerteoperation - forløbet efter (nr. 2)

Patientinformation til dig, der skal opereres i hjertet



Foto: Thomas Bertelsen

Forløbet før, under og efter operationen
Denne patientinformation er en af tre pjecer, som beskriver, hvordan forløbet i forbindelse med en hjerteoperation sædvanligvis kan opleves fra før indlæggelsen til månederne efter; hvordan man som patient og pårørende skal forholde sig, og hvad man kan forvente.

Skriftlig information vil altid være generel. Derfor er det vigtigt, at du forsøger at forestille dig, hvilken indflydelse den kommende indlæggelse og behandling kan få for dig og din familie, og hvad den betyder for dit liv fremover. Det er en god idé, at du diskuterer forløbet med din familie. Dine pårørende er meget velkomne til at deltage i samtalerne med læge- og sygeplejepersonalet, hvis du ønsker det.

Tilbage på sengeafsnittet

Efter en hjerteoperation kommer du tilbage på et sengeafsnit efter et døgn på intensivafdeling. De første par dage kan du have behov for hjælp, støtte og vejledning fra plejepersonalet, og snart kan du klare det meste selv.

De følgende dage kontrollerer vi fortsat

- hjerterytme
- blodtryk, puls og temperatur
- væskebalance
- vejrtrækning
- blodprøver

Stuegang

Stuegang foregår fortrinsvis mellem kl. 08.00 og 09.00 - og i øvrigt efter behov i dagens løb.

Hvis dit forløb er helt ukompliceret, vil du ikke blive tilset af en læge hver dag. Din sygeplejerske holder lægen underrettet om din tilstand. Er der spørgsmål, du vil drøfte, eller har du brug for en samtale med en læge, hvor også dine pårørende er til stede, kan dette arrangeres. Giv sygeplejersken besked, så arrangerer hun det for dig.

Aktivitets- og søvnniveau

Forskning viser, at det - for at normalisere din fysiske og psykiske tilstand hurtigst muligt efter operationen - er godt at være oppe og ude af sengen, så meget du orker; sid i en god stol og vær moderat aktiv i løbet af dagen. Du kan opleve, at sygeplejerskerne presser dig til at komme i gang. Det er vigtigt for hele kroppen, at du bevæger dig og skifter stilling. Aktivitet giver øget velvære, fremmer bl.a. lunge- og mave-/ tarmfunktionen og mindsker risikoen for blodpropper.

De første dage efter operationen kan du føle dig så træt, at du har lyst til at ligge i sengen det meste af dagen. Det er dog vigtigt, at du kommer ud af sengen og får bevæget kroppen. Ligger du længe i din seng i dagtiden, kan det påvirke din nattesøvn. Det er dog vigtigt ikke at blive for træt. Tag dig eventuelt en lur i hviletiden efter frokost.

Aktivitetsplan

Operationsdagen

- Du får hjælp til at sidde på sengekanten i løbet af aftenen og skal gerne ud at stå på gulvet eller gå en kort tur på stuen

1. dag efter operationen

- Formiddag: Du får hjælp til at sidde på sengekant og til at komme ud at støtte på benene
- Eftermiddag: Du får hjælp til at gå en tur på stuen og gerne ud på gangen. Du skal op at sidde i en stol
- Aften: Du får hjælp til at gå en tur på stuen og gerne en tur på gangen

2. dag efter operationen

- Formiddag: Du skal sidde og klare personlig hygiejne med nødvendig hjælp samt gå en tur på gangen
- Eftermiddag: Du skal gå en tur på gangen og sidde oppe i en stol
- Aften: Du skal gå en tur på gangen og sidde oppe i en stol

3.-5. dag efter operationen

- Du skal klare personlig hygiejne med nødvendig hjælp og gå flere ture på gangen
- Du skal sidde oppe i en stol i længere tid
- Du skal spise i buffeten

5.-7. dag efter operationen

- Du er oppegående og tilbringer mere tid ude af sengen end i sengen - med et par velfortjente hvil i løbet af dagen
- Anvend gerne motionscykel ude på gangen samt træningshold med fysioterapeuterne
- Tal med din sygeplejerske, hvis du ønsker at komme ud at gå på trapper

God smertebehandling, ernæring samt rigeligt at drikke er nødvendigt for, at du kan komme dig hurtigst muligt - og for at forebygge de komplikationer, der kan opstå efter en hjerteoperation og i forbindelse med længerevarende sengeleje. Det er vigtigt, at du sørger for at være aktiv og medansvarlig i forløbet, så du kommer dig hurtigst muligt efter operationen. Du skal være opmærksom på din krop og fortælle sygeplejerskerne, hvordan du har det.

God regel: *Mere oppe end i sengen!*

En del patienter oplever, at deres normale søvnmønster forstyrres under indlæggelsen. Hvis det bliver et problem, at du sover dårligt, må du tale med personalet herom.

Smerter

Efter operationen kan du have ondt i brystkassen og i såret. Du kan også blive øm i ryggen og skuldrene. Du vil altid få fast smertestillende medicin. Da smerter opleves meget individuelt, er det vigtigt, at du beskriver, hvor og hvordan det gør ondt, og at du siger til i god tid, inden smerterne udvikler sig.

Mad & drikke under indlæggelse

I forbindelse med operationen ophobes væske i kroppen, og du kan derfor få vanddrivende medicin. Samtidig beder vi dig om at drikke rigeligt, hvilket kan være vanskeligt at forstå. Hensigten er at opretholde et godt blodomløb og skylle dine nyrer igennem efter operationen. Derfor bør du drikke den mængde væske, personalet vejleder dig til.

Det første døgn har du en urinslange i blæren, så vi kan holde øje med din urinproduktion.

Nogle patienter oplever kvalme og ændret smagsans i tiden efter operationen, ligesom der kan opstå mundsvamp. Hvis du ingen madlyst har, hvis maden smager anderledes, eller hvis du føler svien og brænden i munden, skal du tale med sygeplejersken, som kan hjælpe dig med medicin mod bl.a. kvalme og mundsvamp. God mundhygiejne før og under indlæggelsen kan afhjælpe gener i munden.

Mavens funktion under indlæggelse

Maven har en tendens til at gå i stå, når man bliver opereret og ligger meget i sengen. Rigelig væske og bevægelse kan forebygge dette. Vi kan tilbyde sveskejuice og medicin til hjælp.

Bad og hygiejne

Du må brusebade - med hjælp fra sygeplejersken - efter to døgn, når såret er helet. Vent med at tage karbad, til sårkorperne er faldet af (ca. 14 dage efter operationen).

For at undgå infektioner er det vigtigt at have en god håndhygiejne; det vil sige grundig håndvask efter toiletbesøg og afspritning af hænderne, før

du henter mad ved buffeten. Der er opsat spritdispensorer på alle sengestuer. I buffeten findes spritservietter.

Fysioterapi og genoptræning

Inden operationen møder du en fysioterapeut, som fortæller dig om den fysioterapeutiske behandling efter operationen samt udleverer en pjece.

Fysioterapeuten instruerer dig i vejrtrækningsteknik, hvordan du optimerer din vejrtrækning, og viser hvordan du på den mest hensigtsmæssige måde får hostet evt. sekret op.

Fysioterapeuten informerer dig om, hvordan du hurtigst muligt bliver selvhjulpnen med hensyn til at komme ind i/ud af sengen, så du belaster brystbenet mindst muligt og dermed får de mest optimale betingelser for opheling.

Fysioterapeuten vil også vejlede dig i, hvordan du genoptager fysisk aktivitet og daglige gøremål efter udskrivelse.

Ca. 4-5 uger efter operationen instruerer fysioterapeuten i lette øvelser på hold sammen med andre hjerte- og lungeopererede patienter.

Støttestrømper

Hvis du har fået fjernet årer i benet, får du en støttestrømpe på. Den har en let masserende effekt og modvirker hævelse i benet. Desuden forebygger den blodpropper i benet.

Strømpen skal bruges i mindst en måned efter operationen, eller til benet ikke hæver mere, når du har været oppe nogle timer. Du skal tage den af om natten, skylle den op for at bevare elasticiteten og tage den på igen om morgenen, når du står op. Har du behov for det, kan en ekstra strømpe købes på apoteket.

Under indlæggelsen hjælper personalet dig med at få strømpen af og på og viser, hvordan du selv skal gøre.

Udskrivelsen

Indlæggelsestiden er som regel 4-8 dage. Det varierer naturligvis fra patient til patient, hvornår alle undersøgelser er gennemført og fundet i orden, og hvornår man selv er klar til at tage hjem. Hvis du af forskellige årsager ikke kan udskrives direkte til dit hjem, vil du blive overflyttet til dit lokale sygehus.

Inden udskrivelsen taler du med en sygeplejerske, der vil vejlede dig om, hvordan du skal forholde dig i hjemmet. Ved denne samtale er det en god idé, at din ægtefælle - eller en anden nær pårørende - deltager. Sygeplejersken hjælper gerne med at arrangere f.eks. transport, hjemmehjælp eller hjemmesygeplejerske.

Sygeplejersken gennemgår din medicin med dig inden udskrivelsen.

Det er en god idé, at du tænker over, om der er noget i forbindelse med udskrivelsen, der bekymrer dig, så I sammen kan tale om det.

Nogle patienter vil blive tilset af en medicinsk hjertelæge, som bl.a. oplyser, hvilken medicin der skal tages, indtil den første kontrol på det lokale sygehus.

Når du er hjertemæssigt færdigbehandlet, og din tilstand er stabil, kan du udskrives.

Læs mere i patientinformationerne: "Hjerteoperation - forløbet før og operationsdøgnet", "Hjerteoperation - livet efter" og "Velkommen til Hjertekirurgisk afsnit 3153 og 3154".