

Hvordan kontakter jeg afdelingen efter udskrivelsen?

Indenfor de første 2 uger efter at du er udskrevet fra afdelingen, kan du telefonisk kontakte vores ambulatorium, afsnit 4004.

Ved problemer efter denne periode skal du kontakte din praktiserende læge.

Alle hverdage besvares telefonen af sygeplejersker, der kan råde og vejlede dig med spørgsmål, der har med din operation eller indlæggelse at gøre.

I tidsrummet: 08.15 – 09.15

15.00 – 15.45

På telefon: 3545 8181

Ved behov for **akut** henvendelse indenfor 14 dage efter udskrivelse, kontaktes:

Akut Gynækologisk modtagelse (AMA):
tlf. 3545 4299.

Akut henvendelse er:

- Feber over 39°C
- Kraftig vaginalblødning eller blødning med klumper
- Kraftig blødning fra såret eller såret har åbnet sig
- Vedvarende, stærke smerter

Opererende læge : _____

Udskrivende sygeplejerske: _____

Afsnit 5031 Afsnit 5032

Gynækologisk Klinik

Afsnit 5031
Opgang 5, 3. sal
Rigshospitalet
Juliane Marie Centret
Blegdamsvej 9,
2100 Kbh Ø

Telefon: 3545 5031

Email: gynaekologi@rh.dk

Web: www.gyn.rh.dk

**Rigshospitalet
Juliane Marie Centret
Gynækologisk Klinik**

REGION

Efter udskrivelsen

Information og vejledning til
operationspatienter i Gynækologisk Klinik

Når du kommer hjem:

Afhængig af hvilken operation du har fået foretaget, kan du forvente, der kan gå op til nogle uger, inden du helt er kommet dig efter operationen og genvundet dine kræfter og din energi. Se i øvrigt den pjece, du tidligere har fået udleveret i forbindelse med dit indgreb.

- **Blødning fra skeden**
Let til frisk vaginalblødning den første uge og herefter brunligt udflåd 3-4 uger er helt normalt. Får du kraftig blødning, blødning med klumper eller tegn på infektion (ildelugtende udflåd og feber), kan du kontakte afdelingen eller din praktiserende læge.
- **Sårpleje**
Dit sår vil hurtigt hele op, men der kan opstå infektion i eller omkring såret (rødme, varme, hævelse, ømhed og feber). Ligeledes kan der være opstået et stort blå mærke (hæmatom), der kan give ømhed i længere tid. Hæmatomet er ufarligt og forsvinder i løbet af nogle uger.
Sårpleje kan foretages med vand, evt. uparfumeret sæbe og uparfumeret creme. Siver der lidt væske fra såret, kan du sætte en løs forbindelse på såret, spørg efter en forbindelse på apoteket.
Du kan genoptage kar- og svømmebad, når dit sår er helet, og du ikke længere har blødning fra skeden.
- **Smerter**
Du kan være øm i maven den/de første uger. Vi anbefaler derfor, du efter udskrivelsen forsætter med smertestillende medicin. Er dine smerter vedvarende eller tiltagende trods medicin, kan du kontakte afdelingen eller din praktiserende læge.
Hvis du har fået foretaget en kikkertoperation, kan du opleve skuldersmerter som følge af luftophobning i maven. Aktivitet får luften og smerterne til at forsvinde.

Som smertestillende medicin efter udskrivelsen anbefaler vi du tager:

Se den medicinliste du har fået udleveret.

- **Ernæring**
Af hensyn til sårhelingen er det vigtigt, du forsætter med at spise varieret og indtager energi- og proteinrig kost. Du skal ligeledes drikke rigeligt, ca. 2 liter dagligt.
- **Mave/tarm funktion**
Din tarmfunktion vil oftest først komme igang efter nogle dage. Drikker du rigelig væske, spiser varieret og bevæger dig, får du hurtigere gang i maven.
Enkelte kan få brug for at supplere med Magnesia, der er håndkøbsmedicin.
- **Træthed**
Det er almindeligt at føle sig træt et stykke tid efter en operation. Vi anbefaler daglige gåture og varieret kost. Har du en lav blodprocent, anbefaler vi, at du tager jerntilskud, der er håndkøbsmedicin; dette vurderes af lægen ved udskrivelsen.
- **Seksualitet**
Lysten til at genoptage seksuallivet kommer i takt med at træthed og smerter forsvinder. Muligheden for tilfredsstillelse og orgasme forandres ikke efter operationen.
Tidspunkt for genoptagelse af seksuallivet afhænger af operationstypen; dette vurderes af lægen ved udskrivelsen.
- **Psykisk reaktion**
Det er forskelligt, hvordan og om man reagerer efter en operation. Det er vigtigt, du tager dine reaktioner alvorligt. Når du kommer hjem, vil det være en god ide at involvere din familie og venner i dine tanker og bekymringer. Alle kan have brug for støtte og nogen at tale med.