



Denne pjece giver information og vejledning, som du kan have gavn af, når du bliver udskrevet fra afdelingen efter operation i brysthulen.

Smertebehandling

For så hurtigt som muligt at komme til at fungere som før operationen, er det meget vigtigt at være smertedækket - også når man er hjemme igen. Du kan forvente at få brug for smertestillende medicin i op til 3 måneder efter operationen.

Indtil den ambulante kontrol skal du - selv om du ikke har ondt - fortsætte med den tabletbehandling, som du fik efter operationen, dvs. *Brufen Retard 800mg* 2 gange dagligt og *Panodil 1g* 4 gange dagligt. *Brufen Retard* er receptpligtig, mens *Pamol*, *Pinex*, *Paracetamol* og *Panodil* fås i håndkøb som tabletter á 500mg. Bivirkninger er yderst sjældne, når dosis på max. 8 tabletter dagligt ikke overskrides.

Det kan endvidere være nødvendigt at tage *tablet morfin 10-20mg* 4-5 gange dagligt. Da morfintabletter har tendens til at give forstoppelse, er det vigtigt at tage afføringsmedicin samtidig. Du skal derfor tage 2 stk. tablet *Perilax* (fås i håndkøb) om aftenen, så længe du tager morfin.

Mad og drikke

Efter operationen kan appetitten være nedsat, men for at genvinde kræfterne og energien er det vigtigt, at du forsøger at spise en fedt- og proteinholdig kost. Du kan eventuelt spise små, hyppige måltider bestående af frugt, surmælksprodukter eller andet, du har lyst til. Som supplement kan du på apoteket købe proteindrikke med forskellig smag.

2



Din blodprocent kan være faldet efter operationen, og det kan være en af årsagerne til træthed. Blodprocenten stiger, når du spiser jernholdige fødevarer som brød og kød - og gerne drikker et glas rødvin til. Derudover kan du købe jerntabletter på apoteket - gerne *Hæmojern*, der påvirker tendensen til forstoppelse mindst muligt. Vi anbefaler, at du for fremtiden dagligt spiser 2g fiskeolie EPA, da undersøgelser har vist, at det kan bremse yderligere vægttab og fremme den fysiske formåen. Du skal aftale med din praktiserende læge, hvor længe du skal tage jerntabletterne.

Operationssåret

Selve operationssåret er syet med selvopløselige tråde, som ikke skal fjernes. Hvis du har haft dræn, skal trådene ved drænhullerne sidde i ca. 10 dage, efter at drænet er fjernet. Trådene bliver fjernet, når du kommer til ambulante kontrol eller hos din egen læge.

Du må tage brusebad og vaske forsigtigt omkring sårene, når du kommer hjem. Forbinding er nødvendig, hvis det ikke siver fra drænhullerne. Karbad og svømmehal frarådes i 4 uger efter udskrivelsen.

Såret kan være hævet i op til et par måneder efter operationen, ligesom du kan være følelsesløs og have ændret smerteoplevelse i det pågældende område. Dette er normalt og aftager gradvist.

Du skal beskytte såret dels med solcreme og dels ved at dække det til, når du opholder dig i solen.

Du skal være opmærksom på betændelse, og hvis et eller flere af følgende infektionssymptomer opstår, skal du kontakte din egen læge:

- ♦ Huden omkring såret bliver rød og øm
- ♦ Såret hæver og sår-enderne begynder måske at gabe
- ♦ Du får feber
- ♦ Der siver sekretion fra såret

3





Aktivitet efter operationen

Selv om den fjernede del af lungen var syg og derfor ikke fungerede optimalt, kan det vare nogen tid, før din krop har vænnet sig til at fungere med mindre lungekapacitet. Hvordan dette opleves, vil altid være individuelt.

I den første tid efter udskrivelsen er det vigtigt at træne lungerne ved at motionere. Spadsereture er fin motion, og det er en god huskeregel ikke at gå hurtigere, end man kan føre en samtale. Du kan genoptage dine daglige gøremål efter formåen, ligesom du og din partner kan genoptage jeres seksuelle samliv, når I har lyst - uden risiko for helbred eller lunger.

For at undgå belastning af operationsområdet må du ikke løfte byrder over 4 kg i de første 4-6 uger efter operationen.

Kontakt til egen læge

Din praktiserende læge vil få tilsendt et udskrivningsbrev, som beskriver hele behandlingsforløbet.

På denne baggrund kan han/hun være behjælpelig, hvis

- du har brug for sygemelding til arbejdsgiver i en periode efter operationen
- der opstår behov for hjemmehjælp eller hjælpemidler
- du ikke føler dig tilstrækkeligt smertedækket og har behov for ekstra medicin

Også hvis du gennem længere tid har haft svært ved at genvinde humøret, kan det være en god idé at kontakte egen læge, som kan være behjælpelig med både medicin og samtale.



Ambulant kontrol

Efter udskrivelsen skal du møde til kontrol i vores ambulatorium, og når du bliver udskrevet, får du et kort med de ambulante tider.

Den dag, du kommer i ambulatoriet, skal du have taget et røntgenbillede af brystkassen. Du skal henvende dig i receptionen i røntgenafdelingen i opgang 3 på 2. sal.

Såfremt du ikke selv har mulighed for at arrangere transport, og en læge skønner det påkrævet, kan kørsel arrangeres via din kommune. Hvis du bliver kørt af pårørende i egen bil, og afstanden er mere end 50 km, skal du i ambulatoriet bede om en skriftlig bekræftelse på, at du har været i ambulatoriet, hvorefter et kørselsbeløb vil blive refunderet på din kommunes kørselskontor.

Det er god idé at have nedskrevet eventuelle spørgsmål til lægen, ligesom det vil være fornuftigt at tage en pårørende med til samtalen, så I er to til at spørge og høre svarene.

Hvis du er opereret for lungekræft, vil du som hovedregel blive henvist til de medicinske kræftlæger for efterbehandling.

Rygning

Du kan gøre meget for at sikre et sundt liv efter operationen, og det absolut vigtigste er at holde op med at ryge. Hvis du ikke allerede er stoppet, kan du søge råd og støtte hos din praktiserende læge eller ringe og få vejledning på 'Stoplinien', telefon 8031 3131, www.drstop.dk eller www.cancer.dk.





Støtteforeninger/selvhjælpsgrupper

Du og dine pårørende har i en periode været under pres. Forundersøgelserne, selve operationen og den efterfølgende tid på afdelingen har tappet mange kræfter - fysisk og ikke mindst psykisk.

Det er ikke ualmindeligt at opleve, at følelserne let får overtaget, når man kommer hjem. Du og din familie kan opleve voldsom glæde, sorg, vrede og/eller irritabilitet - det er en helt naturlig reaktion på så stor en operation, og det går over igen.

Hvis du og dine pårørende har behov for en snak eller gode råd fra andre, der har været eller er i samme situation, kan I kontakte *Kræftens Bekæmpelse* på www.cancer.dk eller på '*Kræftlinien*' telefon 8030 2010.

Telefonerne er åbne mandag-fredag kl. 10.00-22.00 samt lørdag og søndag kl. 12.00-17.00. Her henviser man også til selvhjælpsgrupper i dit lokalområde.





PATIENTINFORMATION

Efter operation i bryst og/eller spiserør

Hjertecentret
Rigshospitalet
Blegdamsvej 9
2100 København Ø



April 2007, version nr. 1



Rigshospitalets Hjertecenter

Thoraxkirurgisk klinik RT

