

	Dokumenttyp <i>Patientinformation</i>	Aktivitetsnamn Kir - Till Dig som ska opereras för hemorrojder		Sida 1
	Godkänd av Julia Kremensova, överläkare	Utarbetad av Susanne Lilja, sjuksköterska	Giltig från 2016-04-13	Giltig till 2018-04-13

Till Dig som ska opereras för hemorrojder

Operation

Hemorrojderna opereras bort, oftast med elektrisk kniv eller sax (diatermi). Man blir vanligen sövd. Såret lämnas öppet och får läka av sig själv. Vid operationen sätts ofta en blodstillande tamponad in, som sedan löses upp av sig själv. Tiden direkt efter operationen är ofta besvärlig. Man får ofta ont under själva läkningen och smärtorna kan finnas kvar två till tre veckor. Man kan också ha blödningar under läkningstiden.

Råd för att minska smärtan och underlätta läkningen.

Det är viktigt att avföringen hålls mjuk så att smärtan blir så lite besvärande som möjligt, ofta ordineras tarmreglerande medel. Det är bra att dricka mycket vatten och äta fiberrik mat t ex; frukt, grönsaker, müsli och grovt bröd. Bland grönsaker är det, bl a bönor, ärtor, potatis, broccoli och blomkål som är fiberrika. Vetekli är också fiberrikt och kan röras ned som tillskott i gröt eller andra maträtter. Undvik vitt bröd.

Försök även att ha som rutin att gå på toaletten varje dag, en bra tid är efter frukosten. Regelbunden motion bidrar till regelbundna tömningar av tarmen.

Om man blir förstoppad, kan ett par matskedar linfrö eller några katrinplommon som blötlagts över natten vara effektiva för att få igång magen. Om man tycker det är svårt att få i sig fibrer via kosten, finns det fibrer i form av pulver, granulat eller lösningar att köpa receptfritt på apoteket. Apotekspersonalen kan ge råd.

Läkemedel Du kan ta för att minska obehagen efter operation.

Man kan antingen ta stolpiller, som förs in i ändtarmen, eller salva som smörjs runt ändtarmsöppningen. I vissa läkemedel ingår ämnen som dämpar inflammationen och drar samman blodkärl.

Du får recept på smärtstillande läkemedel till exempel: **Xylocaingel** som verkar bedövande. Det är lämpligt att ta före och efter toalettbesök och som smärtlindring. Det är viktigt att föra in den medföljande pipen en bit upp i tarmen, använd cirka en fjärdedel av tuben. Värktabletter behövs ofta från början, åtminstone Panodil eller Alvedon. Starkare tabletter brukar skickas med hem för första dygnet.

Hygien

Man bör tvätta huden runt ändtarmsöppningen med ljummet – varmt vatten efter varje avföring samt morgon och kväll. Var noga med att skölja bort alla ev tvålrester. Använd gärna handduschen och duscha stjärten i varmt vatten. Att sitta med stjärten i varmt vatten kan även upplevas som smärtlindrande. Man bör vara försiktig när man torkar sig och klappa torrt med handduken istället för att gnida.

Vårt **telefonnummer** är 010-105 99 00 och våra telefontider är vardagar kl 7-13.