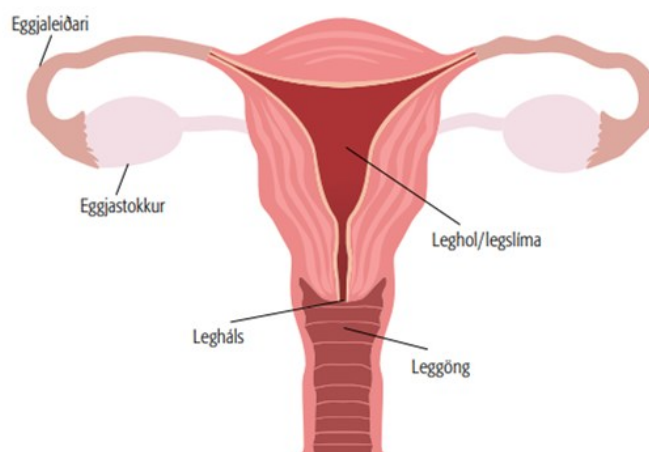


LEGNÁM UM LEGGÖNG



Í þessum upplýsingabæklingi eru ítarlegar upplýsingar um legnám í gegnum leggöng, undirbúning, aðgerðina sjálfa og það sem á eftir kemur. Það eru ekki allar konur eins og þess vegna kann að vera að í þínu tilviki þurfi að víkja frá því sem fram kemur hér ef það hentar betur. Þú getur ávallt snúið þér til starfsfólksins ef þú þarft frekari upplýsingar eða útskýringar.

Hvers vegna er gert legnám?

Legnám er oftast gert til að meðhöndla blæðingatrúflanir, verki, sig á legi, þyngsli eða þrýsting vegna stækkunar á leginu.

Stutt samantekt á innlögninni

Við innskrift og innlögð færðu allar nauðsynlegar upplýsingar um innlögnina.

Aðgerðin

Hvaða áhrif hefur aðgerðin?

- Þú getur ekki orðið þunguð framar.
- Ef þú ert enn með blæðingar munu þær stöðvast.
- Flestar konur upplifa óbreytt eða betra kynlíf eftir aðgerðina.
- Þú þarft ekki lengur að koma í skimun fyrir leghálskrabbameini þar sem leghálsinn er fjarlægður í aðgerðinni. Á þessu geta þó verið undantekningar og best er að ræða það við lækinn þinn áður en þú útskrifast.
- Eggjaleiðarar eru oft fjarlægðir samtímis en eggjastokkar eru ekki fjarlægðir og því mun hormóna-framleiðsla líkamans haldast óbreytt í flestum tilfellum.

Undirbúningur fyrir aðgerð

Í 5 daga fyrir aðgerðina mátt þú ekki nota lyf eins og Íbúfen, Naproxen, Treo eða Voltaren og ekki fæðubótarefni, orkudrykki eða Lýsi, vegna blóðþynnandi áhrifa þeirra.

Ef þú notar tóbak, Vape eða tyggjó biðjum við þig að hætta því á miðnætti kvöldið fyrir aðgerðina. Til að minnka líkurnar á fylgikvillum ráðleggjum við þér að hætta reykingum, ef við á, og forðast áfengi frá þeim tímapunkti sem ákvörðun um aðgerðina hefur verið tekin.

Þú ættir að forðast að raka skapahár í a.m.k. 8 daga fyrir aðgerðina þar sem rakstur eykur hættuna á sýkingum.

Við ráðleggjum þér að vera búin að kaupa verkjalyf áður en þú mætir í aðgerðina þar sem þú mátt reikna með að hafa verki eftir aðgerðina í nokkra daga eða vikur. Við ráðleggjum þér að eiga paracetamol (Panodil®, Pinex®, Paratabs®) og ibuprofen (Íbúfen®, Ibuxin®, Ibuprofen®).

Eftir kvöldmat daginn fyrir aðgerð þarf að hreinsa ristilinn með því að nota hægðalosandi lyf í endaparm (Klyx). Lyfið fæst án lyfseðils í apóteki.

Það er mikilvægt að þú sért eins líkamlega virk og mögulegt er fyrir aðgerðina, t.d. með göngutúrum, hjólríðum eða því sem hentar þér best. Einnig er mikilvægt að þú borðir næringarríka og fjölbreytta fæðu.

Ef þú ert á blóðþynnandi lyfjum munum við fara yfir með þér hvort þú eigir að gera hlé á henni eða halda henni áfram í tengslum við aðgerðina.

Ef þú ert með skart á nafla- eða kynfærassvæði þá verður að fjarlægja það.

Aðgerðardagur

Þú mætir að morgni aðgerðardags á Kvennadeildina á 2. hæð kl 7:30 eða á þeim tíma sem þú færð uppgöfnum í samtali við svæfingalækni. Þá hefur þú meðferðis þvagprufu, lyf, snyrtivörur, inniskó o.þ.h. gert er ráð fyrir að þú verðir eina nótt.

Þú þarft að mæta fastandi á mat í 6 klst og fastandi á tæran drykk í 2 klst fyrir komu. Fjarlægja skartgrip og ekki nota krem á líkamann.

Þú mætir á Kvennadeild þar sem starfsmaður tekur á móti þér og aðstoðar þig við að undirbúa þig fyrir aðgerðina. Þú ferð í sjúkrahúsfatnað og þér verður fylgt á skurðstofu. Skemmri eða lengri biðtími getur alltaf komið til, þó er sjaldgæft að fresta þurfi aðgerð.

Svona fer aðgerðin fram

Aðgerðin er gerð í mænurótadeyfingu og tekur oftast 1-2 klst. Það er settur upp þvagleggur sem er fjarlægður þegar þú ert komin á fætur.

Aðgerðin er framkvæmd í gegnum leggöng. Legið er losað og dregið út í gegnum leggöngin.

Allir saumar leysast upp sjálfkrafa að nokkrum vikum liðnum.

Mögulegir fylgikvillar í tengslum við aðgerðina

Hætta á fylgikvillum í tengslum við aðgerðina er lítil. Mögulegir fylgikvillar geta verið blæðing, áverkar á aðliggjandi líffæri og sýking eftir aðgerð. Slíkt er þó sjaldgæft. Í undantekningartilfellum getur þurft að gera kviðarholsspeglun eða opna aðgerð með stærri skurði, t.d. vegna aðgengis, samvaxta eða fylgikvilla sem gætu komið upp. Sjaldgæft er að gefa þurfi blóð í eða eftir aðgerð.

Hætta er á myndun blóðtappa í tengslum við aðgerðina og þess vegna er afar mikilvægt að fara á fætur og hreyfa sig um leið og starfsfólkið telur það óhætt.

Eftir aðgerðina

Eftir aðgerðina tekur við stutt dvöl á vöknunardeild þar sem fylgst verður með líðan þinni og ástandi. Þú mátt borða og drekka strax eftir aðgerðina. Próteinríkt fæði og próteindrykkir flýta fyrir gróanda og gefa aukna orku. Við ráðleggjum þér að drekka a.m.k. 1,5 L af vökva daglega.

Þú munt fá lyf við verkjum og ógleði eftir þörfum. Við hvetjum þig til að byrja að borða og drekka skömmu eftir aðgerðina en þannig muntu verða fljótari að jafna þig.

Að kvöldi aðgerðardags er þér gefið blóðþynningarlyf til að minnka hættuna á myndun blóðtappa.

Þvagleggur er venjulega fjarlægður daginn eftir aðgerð. Mikilvægt er að fara á salerni þegar þú færð þvaglátapörf eða í síðasta lagi 3 klst. eftir að þvagleggur er fjarlægður. Auk þess er mikilvægt að geta leyst vind. Það er eðlilegt að svæfingin, aðgerðin eða verkjalyfin hafi áhrif á starfsemi blöðrunnar og þarmanna fyrst á eftir.

Þú mátt fara í sturtu samdægurs eða daginn eftir aðgerðina.

Ef allt gengur samkvæmt áætlun getur þú gert ráð fyrir að útskrifast daginn eftir aðgerðina.

Áður en þú ferð heim færðu upplýsingar um aðgerðina þína.

Þegar heim er komið

Það er eðlilegt að finna fyrir verkjum í kvið og grindarholi. Oftast nær duga paracetamol og ibuprofen til verkjastillingar.

Verkjalyf virka best ef þau eru tekin reglulega og um leið og vart verður við verki í stað þess að bíða þar til þeir eru orðnir slæmir. Fyrstu 2-3 dagana eftir aðgerðina ráðleggjum við þér að taka verkjalyfin reglulega svo þau nái að virka jafnt allan sólarhringinn.

Þreyta

Eðlilegt er að finna fyrir þreytu fyrstu vikunnar eftir aðgerð. Ástæðan getur verið minnkaður vöðvamassi, minni fæðuinntaka en venjulega, blóðmissir eða streituviðbrögð. Við ráðleggjum þér daglega göngutúra og næringarrikt fæði.

Blæðing frá leggöngum

Fyrstu vikuna má búast við lítils háttar blæðingu frá leggöngum sem breytist svo í brúnleita útferð í allt að 3 vikur eftir aðgerðina.

Við ráðleggjum þér að nota ekki túrtappa við blæðingunni heldur nota aðeins bindi.

Meltingarvegur

Hægðatregða er algeng eftir aðgerðina. Hægt er að koma í veg fyrir hægðatregðu með því að hreyfa sig reglulega, borða trefjaríka fæðu, ávexti og grænmeti og drekka nægilega mikið af vökva yfir daginn. Stundum getur reynst nauðsynlegt að taka inn hægðamýkjandi lyf, til dæmis Magnesia medic eða annað sem fæst án lyfseðils í apóteki.

Veikindaleyfi

Oftast er hægt að snúa aftur til vinnu eftir 2 vikur en ef þú stundar erfiðisvinnu geturðu þurft að vera lengur í veikindaleyfi.

Við ráðleggjum þér að:

- Fara varlega í að lyfta þungu (meira en 5 kg) fyrstu 2 vikurnar eftir aðgerðina.
- Forðast hjólréiðar, gólfþvott og að ryksuga í 2 vikur.
- Fara ekki í baðkar, heita potta eða sund í a.m.k. 4 vikur eða meðan það blæðir frá leggöngum. Þér er óhætt að fara í sturtu eftir þörfum.
- Stunda ekki hlaup eða krefjandi líkamsrækt í 4 vikur.
- Stunda ekki samfarir í 6 vikur til að fyrirbyggja sýkingar og leyfa leggangatoppnum að gróa að fullu.
- Láta sækja þig eftir aðgerðina og keyra ekki heim sjálf
- Það er mikilvægt að halda áfram með daglegar grindarbotnsæfingar eftir aðgerðina.

Leitaðu til læknis ef:

- Þú færð miklar blæðingar
- Þú færð mikla kviðverki
- Þú færð hita **yfir 38°**
- Þú færð illa lyktandi útferð

Fyrstu tvær vikunar eftir útskrift geturðu hringt beint á Kvennadeild HVE í síma 432 1113. Eftir það skaltu hafa samband við heilsugæsluna þína eða læknavaktina.

Við óskum þér góðs bata.

Með kveðju,

Starfsfólk Kvennadeildar HVE Akranesi

Símanúmer:

Skiptiborð

HVE Akranesi 432-1000

Biðlisti

HVE Akranesi 432-1140

-hringja þangað ef þarf að afbóka aðgerð

HVE Akranesi

Á kvöldin eða um helgar er hægt að

hringja á Kvennadeild HVE á

Akranesi í síma: 432-1113

Unnið af kvensjúkdómasérfræðingum HVE
Uppfært í júní 2025
Hvebæk-C1

HVE Akranesi
Sími 432 1000
www.hve.is