

Information till dig som ska genomgå

# Titthålsoperation



**SÖS**

SÖDERSJUKHUSET

## **Syftet med operationen kan vara att:**

- ta bort en cysta på äggstocken. En cysta är en vätskefylld blåsa.
- sterilisera sig
- ta bort en ägglodare av olika orsaker
- ta reda på om det finns en endometriossjukdom, det vill säga att livmoderslemhinnan växer utanpå livmodern
- se om det finns ytliga muskelknutor, något som inom vården kallas för myom

## **Så här går operationen till:**

Operationen görs alltid under narkos, du blir alltså sövd.

Gynekologen tittar in i magen med en kamera via en liten öppning som görs vid naveln. Ytterligare två till tre små hål 0,5–1 cm stora görs för att kunna använda fler titthålsinstrument i buken och utföra ingreppet. Vanligen är operationen kortare än en timme.

Har man planerat för en titthålsoperation finns alltid risken att man under själva operationen behöver byta operationsmetod och lägga ett snitt på magen istället. Risken för detta så kallade bikinisnitt är mindre än 0,5 %.

När du har piggnat till efter ingreppet, kunnat dricka och äta något samt kunnat kissa själv kan du åka hem från sjukhuset. Du får räkna med att hela dagen tillbringas på sjukhuset. Det är bra om en planering är gjord i god tid före din sjukhusvistelse för hur du tar dig hem från sjukhuset. Det är inte bra att själv köra bil samma dag som operationen då du kan vara trött.

## **Hemma efter operationen:**

Alla har ont efter en operation men hur ont man har är väldigt individuellt. Oftast är den mest uttalade smärtan upp emot högra axeln och inte så mycket i magen. Så blir det ofta efter en tithålsoperation.

Vanliga receptfria smärtlindrande tabletter som Alvedon, Naproxen och Ipren brukar ha mycket god effekt. Ta dessa regelbundet de första tiden efter din operation. I enstaka fall kan man behöva starkare smärtstillande tabletter och då kan du få recept på det av din läkare. Det är viktigt att vara bra smärtlindrad för optimal återhämtning.

Ta det lugnt de första dagarna hemma. Du kan promenera, gå försiktigt i trappor och sköta lättare vardagssysslor.

Undvik mycket tunga lyft samt tunga motionspass de första fyra veckorna efter operationen. I övrigt kan du röra dig helt som vanligt.

Du kan duscha som vanligt direkt efter operationen men undvik att bada i två veckor för att minimera infektionsrisken.

Ät som vanligt efter operationen. Märker du att du är trög i magen, vänd dig i första hand till Apoteket för rådgivning. Det finns ett flertal receptfria läkemedel som hjälper mot förstoppningsbesvär.

Efter operationen tar det tre till fyra dagar innan magen kommer igång igen och du kan bajsas som vanligt. Tarmarnas rörelser blir efter bukoperationer nedsatt under ett par dygn.

Effekten förstärks om du ligger mycket still och dricker för lite. Det är därför viktigt att du är uppe och rör på dig regelbundet dagarna efter operationen.

Det finns studier som visat att magen kommer igång snabbare om du tuggar sockerfria tuggummin.

Stygnen kommer att försvinna av sig själv. Tråden är genomskinlig och ibland kan man känna en irritation av knuten på tråden som kan sticka upp lite i ena änden av såret. Om du tycker detta irriterar dig, vänd dig efter tio dagar till din vårdcentral så kan sjuksköterskan hjälpa dig att klippa bort tråden. Såren är läkta efter tio dagar så det är ingen fara att klippa bort trådknuten då. De faller annars bort av sig själva efter tre till fyra veckor.

Ofta känner man en liten förhårdnad under såren upp emot tre till sex månader efter operationen. Det är en övergående process i underhudens vävnad.

Plåstren som sitter ovanpå de sydda såren kan du ta bort efter en vecka. Byt då till kirurgtejp eller annan typ av tunna förband om du vill fortsätta skydda såret lite. Du gör vad som känns bäst för dig. För bästa kosmetiska resultat så ska du skydda ärr från direkt solljus i ett års tid. Slutresultatet av ett ärr ser man efter ett år. Då är vävnaden helt färdiglakt med nytt pigment.

Får du lättare problem som urinvägsinfektion, vänd dig i första hand till din vårdcentral för råd och behandling.

Tilltagande buksmärtor efter operationen, hög feber eller kräkningar kan vara tecken på komplikation efter operation och då bör du kontakta oss för bedömning.

## **Sjukskrivning:**

Sjukskrivning är sällan aktuellt. Du kan vara hemma en vecka från arbetet utan läkarintyg och det är vad som brukar räcka för återhämtning efter genomfört ingrepp.

Om din läkare har sjukskrivit dig hittar du ditt läkarintyg på [www.1177.se](http://www.1177.se), välj tjänsten Mina intyg under rubriken Övriga tjänster. Där kan du läsa, skriva ut och spara ner dina intyg i din dator. Säg gärna till om du behöver en papperskopia också. Vi försöker tänka på miljön och undviker rutinmässig papperskopia.

## **Uppföljning:**

Vi har inga rutinmässiga återbesök. Din doktor ger dig information om eventuell uppföljning är tänkt för dig.

Om du har gjort en operation där man tagit prover på vävnaden tar det normalt fyra till sex veckor innan provsvaret kommer. Du meddelas hur du får svaret av din läkare.



## Kontakt

**För akut rådgivning vid misstanke om allvarlig komplikation** tar du kontakt med den gynekologiska akutmottagningen (tel 08-123 621 40).

### **Som allvarlig komplikation menar vi:**

- feber över 38 grader
- stark buksmärta som inte lindras med Alvedon, Naproxen eller Ipren
- blödning större än en riklig mens

### **Övriga frågor efter din operation:**

- Har du frågor angående sjukskrivning, recept, återbesök eller andra icke brådskande frågor ser vi gärna att du kontaktar oss via [www.1177.se](http://www.1177.se).
- Du kan även vardagar på dagtid nå oss på telefon 08-123 612 72 om du har svårigheter att kontakta oss via [www.1177.se](http://www.1177.se).



**SÖDERSJUKHUSET**

Sjukhusbacken 10, 118 83 Stockholm. Telefon 08-123 61000  
SL-Buss 3, 4, 164. Pendeltåg Stockholms Södra  
[www.sodersjukhuset.se](http://www.sodersjukhuset.se)