

# Kalkkirtlar fjarlægðir

Kalkkirtlar eru fjarlægðir með skurðaðgerð. Aðgerðin er gerð í svæfingu.

## Undirbúningur fyrir aðgerð

### Blóðþynningarlyf

Ef breyta eða stöðva þarf blóðþynningarmeðferð fyrir aðgerð er það gert í samráði við skurðlækni.

### Náttúru- og fæðubótarefni

Ráðlagt er að hætta notkun allra náttúru- og fæðubótarefna tveimur vikum fyrir aðgerð þar sem þau geta haft blóðþynnandi áhrif. Óhætt er að taka áfram inn fjölvítamín og steinefni.

### Næring og hreyfing

Gott er að byggja líkamann upp fyrir aðgerðina með því að hreyfa sig daglega, borða næringarrikan mat, taka inn vítamín og drekka orku- og próteinríka næringardrykki.

### Tóbaksnotkun og rafrettur

Reykingar, nef- og munntóbaksnotkun og nikótín í rafrettum hafa áhrif á bata eftir skurðaðgerð og geta seinkað því að sár grói og aukið hættu á fylgikvillum aðgerðar. Því er mikilvægt að hætta tóbaksnotkun fyrir aðgerð og vera tóbakslaus í að lágmarki tvær vikur eftir aðgerð. Þeir sem nota tóbak eru hvattir til að hætta og geta fengið aðstoð hjúkrunarfræðings hjá „Ráðgjöf í reykbindindi“ og eftirfylgni í 12 mánuði eftir aðgerð. Starfsmaður spítalans hefur þá samband við ráðgjafarþjónustuna en eins má hringja í gjaldfrjálsa símanúmerið 800 6030. Einnig er bent á [www.reyklaus.is](http://www.reyklaus.is).

### Aðstæður heima

Ef aðstæður heima fyrir eru þannig að þörf er á aðstoð eftir útskrift, er gott að huga að því fyrir eða strax við innlögn. Hjúkrunarfræðingar geta aðstoðað við að fá dvöl á sjúkrahótel, fá heimilishjálp og/eða heimahjúkrun.

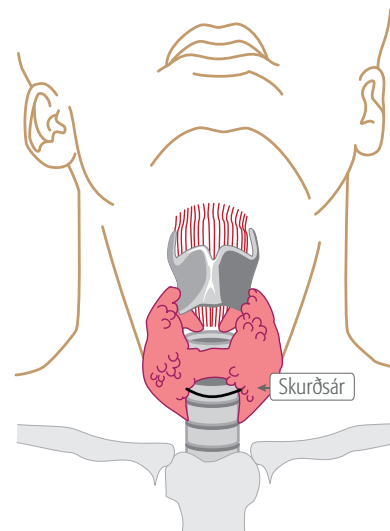
### Símaviðtal vegna svæfingar

Svæfingahjúkrunarfræðingur hringir í sjúkling nokkrum dögum fyrir aðgerð til að fara yfir heilsufar með tilliti til svæfingar og veita tækifæri til spurninga. Ef eitthvað er óljóst eða nánari rannsókna er þörf, er boðað í innskriftarviðtal á spítalanum fyrir aðgerðina.

Gott er að hafa lyfjalista við hendina, þar sem upplýsingar verða veittar í símtalinu um hvaða lyf má taka og hvaða lyf á ekki að taka fyrir aðgerðina, þar sem óæskilegt er að taka sum lyf fyrir svæfingu. Ef vandamál hafa komið upp eftir fyrri svæfingar, til dæmis miklir verkir, ógleði eða uppköst, er mikilvægt að segja frá því.

### Í símaviðtalinu verður spurt um:

- Fyrri reynsla af svæfingum
- Ofnæmi eða óþol fyrir lyfjum
- Hæð og þyngd
- Áfengisneyslu og reykingar
- Gervitennur og tannbrýr
- Heilsufar og sjúkdóma
- Lyfjanotkun, þar á meðal notkun náttúrulegra og fæðubótarefna



## Kvöldið fyrir aðgerð

### Fasta

Nauðsynlegt er að fasta fyrir aðgerð til að minnka hættu á fylgikvillum í tengslum við svæfingu. Löng fasta er þó ekki góð fyrir líkamann og fólki líður betur eftir aðgerð ef eftirfarandi leiðbeiningum er fylgt:

- Fá sér aukabita eða drykk áður en lagst er til svefns kvöldið fyrir aðgerð.
- Ekki má borða mat síðustu 6 klst. fyrir komu á spítalann.
- Óhætt er að drekka tæra drykki (1-2 glös í senn) þar til 2 klst. eru í komu á spítalann. Tær drykkur er t.d. vatn, tær ávaxtasafi og mjólkurlaust kaffi og te.
- Þegar á spítalann er komið veitir starfsfólk upplýsingar um hvort og hve lengi megi drekka fram að aðgerð.
- Ekki má nota tóbak síðustu 2 klst. fyrir komu á spítalann.

### Annar undirbúningur

Við innlögn á deild er gott að hafa með sér slopp, inniskó og affreyningarefni. Nota má farsíma en stilla þarf á hljóðlausa hringingu.

## Aðgerðardagur

### Sturta

Nauðsynlegt er að fara í sturtu áður en komið er á spítalann. Klæðast þarf hreinum fötum eftir sturtuna og ekki má nota svitalyktareyði, krem, andlitsfarða, ilmefti, naglalakk eða skartgrip.

### Mæting er á dagdeild A5 í Fossvogi að morgni aðgerðardags.

Fyrir aðgerð þarf að vera búíð að undirrita samþykki fyrir aðgerð og svæfingu. Óvæntar aðstæður geta valdið því að aðgerðartími breytist. Til að tryggja öryggi er endurtekið spurt um mikilvæg atriði svo sem nafn, kennitölu, ofnæmi, föstu og tegund aðgerðar. Fyrir aðgerðina eru gefin verkjalyf í töfluformi sem verka í og eftir aðgerð.

Þegar komið er á skurðstofu fer fram frekari undirbúningur fyrir aðgerðina. Settur er æðaleggur í handarbak eða handlegg sem er notaður til að gefa vökva og lyf. Aðgerðin er gerð í svæfingu og getur tekið 1-2 klukkustundir en það fer eftir eðli og umfangi aðgerðar.

## Eftir aðgerð

Eftir aðgerð fer sjúklingur á vöknunardeild í 3-4 klukkustundir og þaðan á legudeild. Heimsóknir eru ekki leyfðar á vöknunardeild, en nánustu aðstandendum er velkomið að hringja.

### Verkir

Búast má við sárindum í hálsi og óþægilegt getur verið að kyngja fyrst eftir aðgerð. Verkir geta einnig komið fram sem þrýstingur á skurðsvæði. Verkjalyf eru gefin eftir þörfum. Sjúklingur metur styrk verkja á verkjakvarða þar sem 0 þýðir enginn verkur og 10 gríðarlegir verkir eða verstu hugsanlegu verkir. Ef verkur er til staðar þrátt fyrir töku verkjalyfs á að láta vita. Markmið er að vera vel verkjastilltur, geta hreyft sig með góðu móti og andað djúpt.

| 0            | 1 | 2            | 3 | 4               | 5 | 6 | 7             | 8 | 9                  | 10 |
|--------------|---|--------------|---|-----------------|---|---|---------------|---|--------------------|----|
| Engir verkir |   |              |   |                 |   |   |               |   |                    |    |
|              |   | Vægir verkir |   |                 |   |   |               |   |                    |    |
|              |   |              |   | Miðlungs verkir |   |   |               |   |                    |    |
|              |   |              |   |                 |   |   | Miklir verkir |   |                    |    |
|              |   |              |   |                 |   |   |               |   | Gríðarlegir verkir |    |

## Kalkmagn í blóði

Kalkmagn í blóði getur minnkað eftir aðgerðina. Fyrstu einkenni þess eru dofi í kringum munn og í fingurgómum. Láta þarf starfsfólk vita ef vart verður við slík einkenni. Blóðsýni eru tekin til að fylgjast með kalkmagni.

## Matur og drykkur

Byrja má að drekka og borða mjúkan mat að kvöldi aðgerðadags. Ef særindi eru mikil í hálsi er ráðlegt að borða mjúkan mat fyrst um sinn. Kaldir drykkir og matur (frostpinnar, ís) geta dregið úr verkjum. Ef vart verður við erfiðleika við kyngingu þarf að láta starfsfólk vita.

## Þvaglát

Eftir aðgerðina getur komið fram tregða við þvaglát og því er mikilvægt að reyna að pissa fljótlega eftir komu á deild. Láta þarf vita ef ekki gengur að pissa eða lítið kemur af þvagi.

## Hreyfing og djúpöndun

Hreyfing og djúpöndun er mikilvæg eftir aðgerð til að flýta fyrir bata og bæta starfsemi hjarta og lungna og dregur úr líkum á fylgikvillum eins blóðtappa eða lungnabólgu. Fara má fram úr rúmi þegar sjúklingur treystir sér til en mikilvægt er að hafa einhvern hjá sér í fyrsta skipti vegna hættu á svima. Höfðalag þarf að vera hækkað í 30-45° til þess að draga úr bólgu á skurðsvæði. Gott er að halda undir höfuðið þegar sest er upp eða velta sér fyrst á hlið og forðast tog og álag á skurðsvæðið. Forðast þarf að sveigja höfuð aftur, til að minnka álag á skurðsvæði. Mikilvægt er að láta vita ef vart verður við andþyngsli eða óþægindi við öndun.

### Fyrir útskrift þarf að vera búið að fá:

- Útskriftarfræðslu
- Rafrænan lyfseðil fyrir verkjalyfjum ef með þarf
- Endurkomutíma hjá lækni
- Tíma í saumatöku ef þörf er á

## Útskrift

Útskrift er áætluð samdægurs en í einstaka tilfellum þarf innlögn yfir nótt.

Vinsamlegast athugið að sjúkrahúsið getur ekki borið ábyrgð á peningum eða öðrum verðmætum svo sem sínum, tölvum o.fl. sem sjúklingar eða aðstandendur hafa meðferðis. Athygli er vakin á því að starfsfólk og nemendur sjúkrahússins eru bundin þagnarskyldu og mega því ekki ræða um málefni sjúklinga á deildinni. Við viljum vinsamlegast biðja þig og aðstandendur þína að ræða ekki það sem þið kunnið að verða vitni að eða heyra um aðra sjúklinga. Landspítali er kennsluspítali og nemendur í heilbrigðisfræðum og tengdum greinum stunda hluta af námi sínu á spítalanum. Nemendur fylgjast með og taka þátt í daglegri meðferð sjúklinga og eru alltaf á ábyrgð og undir handleiðslu leiðbeinenda sinna.

## Útskriftarfræðsla

### Verkir

Sjá fylgiblað um verkjameðferð eftir skurðaðgerð. Kaldir drykkir og matur (frostpinnar, ís) geta dregið úr verkjum.

### Skurðsár

Skurðsár er staðsett á hálsi (sjá mynd). Skurðsárinu er lokað með saumum. Ef ekki eru notaðir saumar sem eyðast, þarf að fjarlægja þá eftir um viku. Yfir saumunum eru litlir límplástrar sem ekki má fjarlægja fyrr en þeir losna sjálfir af húðinni. Fara má í sturtu 48 klukkustundum eftir aðgerð ef sárið er þurrt. Ekki má fara í baðkar eða sund fyrr en skurðsár er vel gróið (yfirleitt 2-3 vikum eftir aðgerð). Forðast þarf alla óþarfa snertingu við sárið. Fylgjast þarf með útliti skurðsárs með tilliti til roða, bólgu og vessa. Skurðsár eru viðkvæm fyrir sterku sólarljósi í allt að 12 mánuði eftir aðgerð, hægt er að hlífa skurðsári með fatnaði.

### Kalkskortur

Kalkmagn í blóði getur minnkað eftir aðgerðina. Fyrstu einkenni þess eru dofi í kringum munn og í fingurgómum. Einkenni koma fram á fyrstu tveimur sólarhringum eftir aðgerð. Sjá nánar fylgiblað um kalsíumskort í blóði eftir skurðaðgerð vegna ofvirks kalkkirtils.

### Mataræði

Ef særindi eru í hálsi er ráðlagt að borða mjúkan mat þar til þau ganga yfir. Að öðru leyti er ekki nauðsynlegt að breyta mataræði vegna aðgerðarinnar. Hins vegar er mikilvægt að gæta vel að næringu til að byggja upp líkamann. Gott er að taka inn lýsi eða annan D-vítamínjafa, sérstaklega yfir vetrartímann.

### Þvaglát og hægðir

Ekki ættu að verða breytingar á þvaglátum eða hægðum við aðgerðina.

### Hreyfing

Þegar legið er útaf er gott að hafa hækkað undir höfði (30-45°) til að draga úr bólgu á skurðsvæði. Forðast þarf að sveigja höfuð aftur og því gott að halda undir höfuðið þegar sest er upp eða velta sér fyrst á hlið og koma þannig í veg fyrir tog og álag á skurðsvæðið. Forðast þarf áreynslu á skurðsvæði, að rembast eða lyfta þungu í tvær vikur eftir aðgerð og að stunda æfingar eða íþróttir í að minnsta kosti þrjár vikur eftir aðgerð. Í vissum tilfellum ráðleggur læknir frekari takmarkanir á hreyfingu.

### Breyting á rödd og raddstyrk

Mögulegt er að vart verði við breytingar á rödd eða raddstyrk eftir aðgerðina en það jafnar sig yfirleitt innan sex vikna.

### Kynlíf

Almennt má stunda kynlíf þegar fólk er tilbúið til þess, en ráðlegt er að varast beinan þrýsting og tog á skurðsvæðið. Hvers konar kvíði og álag getur valdið erfiðleikum í kynlífi. Ef upp koma vandamál er um að gera að ræða það í viðtali við skurðlækni.

### Svefn og hvíld

Búast má við þreytu og úthaldsleysi fyrstu vikunnar eftir aðgerð. Gott er að ná a.m.k. 6–8 klst. nætursvefni og hvíla sig yfir daginn ef þörf krefur. Góð næring, hreyfing, slökun og verkjameðferð getur dregið úr þreytu.

### Andleg liðan

Sumir finna fyrir kvíða og óöryggi í kjölfar veikinda. Oft hjálpar að tala við sína nánustu og vera óhræddur við að ræða við fagfólk um það sem veldur áhyggjum. Aðferðir eins og tónlist, slökun og hreyfing geta dregið úr andlegri vanlíðan en ef kvíði og drungi verða viðvarandi er um að gera að leita aðstoðar, til dæmis hjá heimilislækni.

## Vinna

Byrja má að vinna aftur 1–2 vikum eftir aðgerð en það fer eftir eðli starfs og líðan. Hægt er að fá veikindavottorð í endurkomutíma ef nauðsyn krefur.

## Eftirlit læknis

Sjá endurkomutíma. Ef saumar eru í skurðsári sem ekki eyðast af sjálfu sér, eru þeir fjarlægðir í endurkomutíma.

## Kostnaður

Greiða þarf fyrir aðgerð á dagdeild. Verð er samkvæmt gjaldskrá Landspítala.

### Hafa þarf samband við deildina ef eftirfarandi hættumerki koma fram fyrstu tvær vikurnar eftir aðgerð:

- Dofi í kringum munn eða í fingrum
- Öndunarerfiðleikar
- Líkamshiti verður hærri en 38,5°C
- Verkir minnka ekki við verkjalyf
- Blæðir eða vessar úr skurðsári
- Roði, bólga eða vaxandi þrýstingur í kringum skurðsvæði
- Ógleði eða uppköst

Í bráðatilvikum er leitað til bráðamóttöku eða hringt í 112

## Símanúmer

|                                                   |          |
|---------------------------------------------------|----------|
| Innskriftarmiðstöð B3                             | 543 2060 |
| Dagdeild A5, opin virka daga frá klukkan 7 til 22 | 543 7570 |
| HNE, lýta- og æðaskurðeild A4                     | 543 7354 |

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja ef spurningar vakna.

## Verkjameðferð eftir skurðaðgerð

### Verkir

Flestir finna fyrir verkjum eftir skurðaðgerð. Oftast er um að ræða verki sem tengjast skurðsvæði. Mismunandi er hvernig fólk upplifir verki og þarf verkjameðferð að taka mið af reynslu hvers og eins. Mikilvægt er að draga úr verkjum eins og kostur er því verkir geta seinkað bata.

### Verkjalyf

Taka á verkjalyf samkvæmt ráðleggingum. Yfirleitt er heppilegast að taka verkjalyf reglulega yfir daginn. Ekki er æskilegt að bíða eftir því að verkir verði slæmir áður en lyfin eru tekin. Erfiðara er að ná stjórn á verkjum ef þeir verða slæmir. Ef verkir eru enn til staðar þrátt fyrir að verkjalyf séu tekin reglulega má taka verkjalyf til viðbótar samkvæmt ráðleggingum. Smám saman er dregið úr töku lyfjanna með því að minnka skammta eða taka lyfin sjaldnar. Ráðlagt er að hætta fyrst töku sterkra verkjalyfja (t.d. tramadol, oxycodone). Síðan er dregið úr töku annarra verkjalyfja. Ef þörf er á lyfseðilsskyldum verkjalyfjum er lyfseðill sendur rafrænt í apótek.

| Verkjalyf tekin reglulega:  | Viðbótar-verkjalyf:       |
|-----------------------------|---------------------------|
| Lyf:                        | Lyf:                      |
| Skammtur:                   | Skammtur:                 |
| Hversu oft á að taka lyfið? | Hversu oft má taka lyfið? |
| Lyf:                        |                           |
| Skammtur:                   |                           |
| Hversu oft á að taka lyfið? |                           |

### Algengar aukaverkanir verkjalyfja

Aukaverkanir eru mismunandi eftir lyfjum. Algengt er að finna fyrir hægðatregðu og ýmiss konar óþægindum í maga. Ekki er víst að allir finni fyrir þessum einkennum.

### Hægðatregða

Vinna má gegn hægðatregðu með því að drekka glas af sveskjusafa að morgni, borða gróft kornmeti, grænmeti og þurrkaða ávexti. Einnig er hægt að kaupa trefjahylki eða duft í apóteki eða matvöruverslun. Nauðsynlegt er að drekka um það bil 1,5 lítra af vökva á dag. Hægt er að kaupa hægðalyf án lyfseðils í apóteki.

### Magaóþægindi

Æskilegt er að taka lyfin með glasi af vatni eða máltíð. Fólk sem hefur fengið magasár eða magabólgur þarf að ráðfæra sig við lækni áður en bólgueyðandi verkjalyf eru notuð.

### Slævandi áhrif

Sum verkjalyf skerða aksturshæfni og því má ekki aka bíl á meðan þeirra er þörf.

### Önnur verkjameðferð

Aðferðir sem hafa reynst vel eru slökun, að hlusta á tónlist og dreifa athyglinni. Ekki er æskilegt að nota heita eða kalda bakstra á skurðsár meðan það er að gróa.



# Kalsíumskortur í blóði

## eftir skurðaðgerð vegna ofvirks kalkkirtils

### Einkenni og meðferð

Eftir að ofvirkur kalkkirtill er fjarlægður, getur styrkur kalsíums í blóði orðið of lágur. Ástandið er yfirleitt tímabundið en nauðsynlegt er að þekkja einkenni og viðbrögð við lækkun á kalsíum í blóði. Bregðast þarf við einkennum því þau geta verið alvarleg.

### Einkenni lækkunar á kalsíumi í blóði

| Væg einkenni:                                                                                                                                                                             | Alvarleg einkenni:                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>Náladofi í höndum og fótum og/eða kringum munn</li><li>Mikil þreyta</li><li>Kvíði</li><li>Píringur eða innri óróleiki</li><li>Vöðvaverkir</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>Vöðvakippir</li><li>Kreppa/stífleiki í úlnliðum, fingrum og lófum</li><li>Krampar</li><li>Erfiðleikar við öndun</li><li>Óreglulegur hjartsláttur</li></ul> |

### Viðbrögð við einkennum um lækkun kalsíum í blóði

Mikilvægt er að halda ró sinni því einkennin standa yfirleitt stutt yfir. Sérstaklega ber að varast oföndun sem getur aukið á einkennin.

#### A Væg einkenni

Taka strax tvær 500 mg kalsíumtöflur **eða** fjórar 250 mg töflur (samtals 1000 mg).

- Hverfi einkenni ekki innan 30 mínútna, á að endurtaka skammtinn.
- Hverfi einkenni ekki innan 30 mínútna eftir seinni skammtinn er haft samband við legudeild háls, nef og eyrnadeildar A4 í síma 543 7354.

Ef einkenni hverfa við inntöku á kalsíumtöflum þarf ekki að taka meira nema að einkenni komi aftur fram. Þá er fylgt aftur sömu leiðbeiningum og lýst er að ofan. Oft þarf að taka töflur fyrstu dagana en þörfin minnkar því lengra sem líður frá aðgerð.

#### B Alvarleg einkenni

Við útbreiddum vöðvakippum/-krömpum, erfiðleikum við öndun, verulegum truflunum á hjartslætti eða flogi á að:

- Taka strax þrjár 500 mg kalsíumtöflur **eða** sex 250 mg kalsíumtöflur (samtals 1500 mg).
- Hringja á 112 og óska eftir aðstoð, þar sem líklegt er að fara þurfi á bráðamóttöku til frekari meðferðar.

### Símanúmer

|                             |          |
|-----------------------------|----------|
| Háls, nef- og eyrnadeild A4 | 543 7354 |
| Neyðarlínan                 | 112      |

Vinsamlegast athugið að sjúkrahusið getur ekki borið ábyrgð á peningum eða öðrum verðmætum svo sem sínum, tölvum o.fl. sem sjúklingar eða aðstandendur hafa meðferðis. Athygli er vakin á því að starfsfólk og nemendur sjúkrahússins eru bundin þagnarskyldu og mega því ekki ræða um málefni sjúklinga á deildinni. Við viljum vinsamlegast biðja þig og aðstandendur þína að ræða ekki það sem þið kunnið að verða vitni að eða heyra um aðra sjúklinga. Landspítali er kennsluspítali og nemendur í heilbrigðisfræðum og tengdum greinum stunda hluta af námi sínu á spítalanum. Nemendur fylgjast með og taka þátt í daglegri meðferð sjúklinga og eru alltaf á ábyrgð og undir handleiðslu leiðbeinenda sinna.