

Liðskiptaaðgerð á mjöðm og hné - Gátlisti heima

Heima fyrir Almennar upplýsingar	Almennar upplýsingar · Heftataka/saumataka tveimur til þremur vikum eftir aðgerð hjá hjúkrunarfræðingi á næstu heilsugæslu. · Hnjáliðskiptasjúklingar þurfa að fara í sjúkraþjálfun viku eftir útskrift. Þeir sem fá nýjan mjaðmarlið fara í sjúkraþjálfun eftir þörfum. · Allt gott í hófi, liggja, sitja og ganga.
Engar áhyggjur	Eftirfarandi er eðlilegt að upplifa · Verkir við hreyfingu og í hvíld. Taktu ráðlagðan skammt af verkjalyfjum á réttum tímum. · Almennur slappleiki og breytt svefnmynstur. · Bólga og hiti á aðgerðarsvæði, aamt viðkomu. · Harðlífi er algengt og tengist það verkjalyfjum. Drekkstu vel af vatni, borðaðu trefjar, sveskur ect. Einnig getur þú nálgast hægðalyf s.s. Sorbitol/Magnesium Medic í apóteki.
Aðvörðun	Hafðu samband við heilsugæslulækni ef: · Þú ert með slæman verk sem minnkar/hverfur ekki við inntöku verkjalyfja. · Ef þú finnur fyrir bólgu/eymslum í nára eða kálfa. · Ef vessi eða blæðing heldur áfram að koma í umbúðir. · Ef þú hefur hita og slappleika.
Varúð-Hætta	Leitaðu strax lækni aðstoðar-(heilsugæsla, bráðamóttaka): · Liðhlaup. · Ef þú finnur fyrir brjóstverkjum og/eða öndunarfæra erfiðleikum. · Ef skurðsár opnast og þú sérð ferska blæðingu í sári. · Ef þú færð háan hita $>38,5^{\circ}\text{C}$ og skjálfta sem hverfur ekki við inntöku Paracetamols.