

Liðskiptaaðgerð á mjöðm og hné

Gátlisti heima

Heima fyrir 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, aumt viðkomu. • Harðlífi er algengt og tengist það verkjalyfjum. Drekkstu vel af vatni, borðaðu trefjar, sveskjur ect. Einnig getur þú nálgast hægðalyf s.s. Sorbitol/Magnesium Medic í apóteki.
Aðvörun	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 læknaaðstoðar-(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.