



## Opsyning af skedens for- eller bagvæg på grund af nedsynkning

Du er blevet tilbudt operation for nedsynkning af skedens forvæg eller bagvæg.

### Inden operationen

- Du skal ikke være fastende, da operationen foregår i lokalbedøvelse. Indtag et let morgenmåltid på operationsdagen.
- Du skal have været i bad hjemmefra. Hvis du har piercinger i intimområdet, skal de tages ud.
- Du skal fjerne behåringen i det område du skal opereres. Det er fint at klippe behåringen i 1 cm længde med en saks. Hvis du jævnligt fjerner behåringen, skal du undgå dette i en uges tid før operation.
- Hvis du har brugt støttering i ventetiden, skal den tages ud mindst 3 dage før operationen.
- Du skal have købt smertestillende håndkøbsmedicin (se nedenfor).
- Hvis du får blodfortyndende medicin, skal der, sammen med lægen, lægges en plan for pausering af dette.

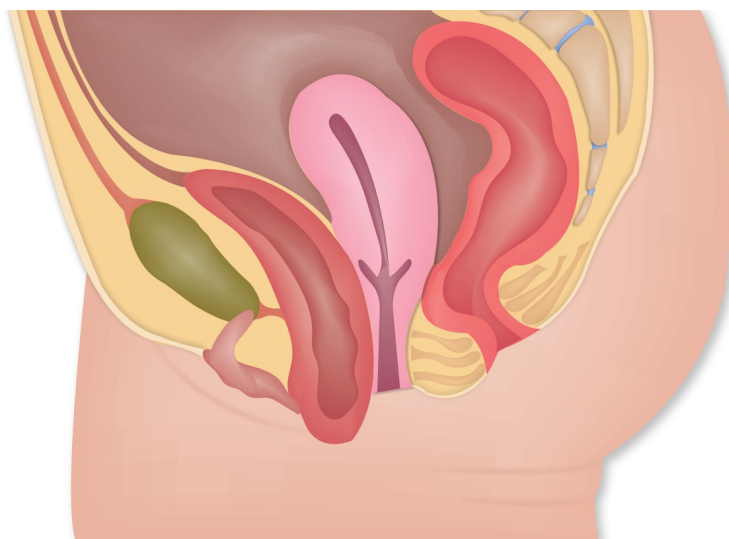
### Hvordan foregår operationen

Operationen foregår gennem skeden. Ved operationen syes den defekte bindevævsplade i skedens forvæg eller bagvæg, således at blæren eller endetarmen løftes på plads.

Slimhinden i skedens forreste eller bageste væg åbnes og den underliggende bindevævsplade syes sammen. Slimhindernes syes med tråd, som opløses af sig selv i løbet af nogle uger.

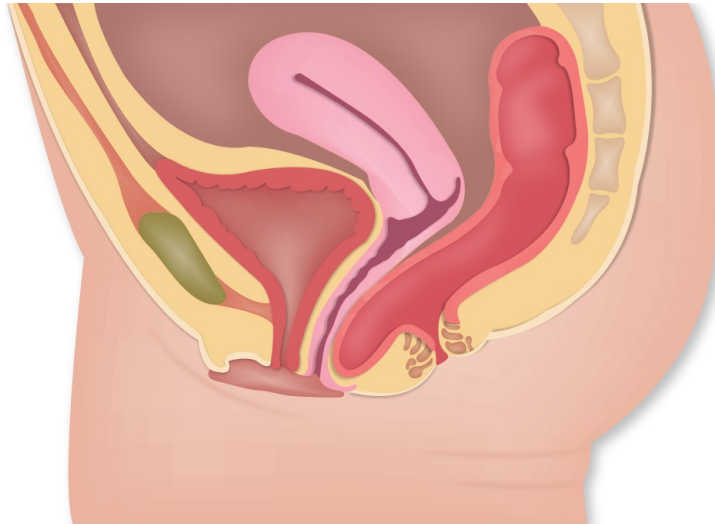
Operationen foregår i lokal bedøvelse. Du vil ikke føle smerte, men mærke berøring.

### Nedsynkning skedens forvæg (cystocele)





## Nedsynkning skedens bagvæg (rektocele)



### Komplikationer

Ved enhver operation er der risiko for blødning. Nogle gange kan der opstå en lille blodansamling, som kan give blodigt udflåd i nogle dage til uger. Kun i sjældne tilfælde, er vi nødt til at operere igen.

En anden risiko er betændelse i såret, selvom dette sidder indvendigt i skeden. Opstår der betændelse, kan det være nødvendigt at behandle med antibiotika.

### Efter operationen

Efter operationen vil du komme på en opvågningsstue. Du får lagt en gazetampon op i skeden for at forhindre blødning fra slimhinden. Den fjernes efter 2 timer.

Du skal kunne tømme blæren ved vandladning, inden du kan gå hjem.

### Udskrivelse

Du kan forvente at blive udskrevet samme dag.

Dine pårørende kan være i venteområdet, mens du bliver opereret.

## Hvordan skal jeg forholde mig, når jeg kommer hjem

### Smerter

Du kan forvente at have smerter i underlivet i nogle dage til uger efter operationen. Smerterne varierer fra patient til patient - nogle har næsten ikke ondt, mens andre har kraftige smerter, som kan gøre det svært at sidde.

### Du skal tage fast smertestillende medicin i dagene efter operationen

- Tablet Paracetamol (Panodil®, Pinex®, Pamol®), 2 tabletter á 500 mg hver 6. time.
- Du kan supplere med tablet Ibuprofen (Ipren®, Burana®, Ibumetin®) 1-2 tabletter á 200 mg 3 gange i døgnet.



## Blødning fra skeden

Du kan have en mindre blødning eller udflåd fra skeden i ca. 2-3 uger.

## Fysisk aktivitet efter operationen

Du skal undgå:

- at cykle i 4 uger
- at løfte mere end 10 kg i 4 uger
- at lave mave- og rygøvelser i 4 uger
- at lave hårdt fysisk arbejde og hård sport, fitness og løb i 6 uger
- at tage karbad og gå i svømmehal eller at bade i havet
- at bruge tampon - brug hygiejnebind istedet

## Bækkenbundstræning

Det er vigtigt, at du efter operationen fortsætter med knibeøvelser, så du holder din bækkenbund stærk. Du må lave bækkenbundsøvelser allerede fra dagen efter operationen.

Hvis du har brug for yderligere instruktion i bækkenbundstræning efter operationen, anbefaler vi, at du tager kontakt til en specialuddannet gyn-obs fysioterapeut.

## Hold maven i gang

Så længe du er nyopereret, er det vigtigt, at du undgår at presse for meget ved toiletbesøg. Hvis du har tendens til forstoppelse, kan det være nødvendigt med et afføringsmiddel og vi anbefaler at du tager 2 tbl Magnesia á 500 mg fra aftenen før operationen og indtil maven er i gang.

Suppler med tbl Bisacodyl 5-10 mg (Perilax, Dulcolax, Toilax), hvis det ikke er nok med tbl magnesia

## Vandladning

I de første døgn efter operationen, kan der være problemer med at tømme blæren pga hævelse eller evt blodansamling.

Oftest kommer vandladningen i gang efter nogle timer. Hvis du ikke kan tømme din blære efter operationen, kan være nødvendigt at oplære dig i at tømme blæren med et engangskateter eller at anlægge et blærekateter i nogle dage.

Hvis du har mistanke om, at du ikke tømmer blæren efter du er kommet hjem, skal du kontakte os.

Får du problemer med at holde på vandet efter operationen, taler vi om det til den planlagte telefonkontrol. Dette oplever ca. 10% af de kvinder som bliver opereret for nedsynkning af blæren.

## Hvad med seksuallivet

Seksuelt samliv kan genoptages efter ca. 4 uger. Når skeden er helet kan der være arvæv eller snævre forhold i skeden, som kan give smerte ved samleje. For at undgå dette kan du bruge en fed creme eller en silikonebaseret glidecreme mod tørhed i skeden. Generne forsvinder som regel efter nogen tid.

## Lokal hormonbehandling

Hvis du før operationen er i behandling med kvindeligt kønshormon (østrogen) (Vagifem, Estring, Ovestin), kan du genoptage denne behandling 2 uger efter operationen.



## Sygemelding

Du vil have behov for at tage den med ro i nogle dage efter operationen. Du skal regne med at være sygemeldt i 2-4 uger afhængigt af din alder og arbejde.

## Hvis der opstår problemer

Du skal efter operationen holde øje med om du får feber, tiltagende smerter eller ildelugtende udflåd

Søg læge hvis:

- Du bløder kraftigere end ved normal menstruation
- Du får meget kraftige underlivssmerter
- Du får feber (temperatur over 38 grader)
- Du får ildelugtende udflåd
- Du får problemer med at tømme din blære

## Hvem skal du kontakte

Ved problemer efter operationen bedes du kontakte os på det udleveret nummer.

## Opfølgning

Tre måneder efter din operation, bliver du ringet op af en sygeplejerske fra Mølholm

Hvis du får symptomer på nedsynkning efter du er afsluttet, skal du kontakte din egen læge.