

Slyngeoperation ved ufrivillig vandladning (TVT)

Du skal opereres for ufrivillig vandladning (urininkontinens), som opstår, når du hoster, nyser eller anstrenger dig. Operationen kaldes en slyngeoperation eller TVT operation (tension-free vaginal tape).

Sådan foregår operationen

Under operationen er du lokalbedøvet i operationsområdet, samtidig med at du får smertestillende og beroligende medicin direkte ind i blodåren af en anæstesisygeplejerske. Denne bedøvelsesform kaldes lokalbedøvelse og rus. Operation i lokalbedøvelse og rus betyder, at du er vågen undervejs, og at du selv trækker vejret. Du vil ikke føle smerte i operationsområdet, men kan mærke berøring.

Før operationen klipper vi – eller du selv – din kønsbehåring. Hvis du plejer at fjerne kønsbehåringen, skal du undlade at gøre det i ugen op til operationen. Dette for at forebygge infektion.

Inden operationen begynder, får du lagt et drop, som giver dig væske gennem et plastikrør i håndryggen. Herigennem får du også beroligende medicin og smertestillende medicin. Du får antibiotika for at forebygge betændelse.

Under operationen ligger du som til en gynækologisk undersøgelse. Lægen laver et 1-2 centimeter langt snit i skedens forvæg lige under urinrøret og 2 små snit i huden over kønsbenet. Gennem snittet i skeden føres et smalt bånd af kunststof op på begge sider af urinrøret og ud til de 2 snit over kønsbenet. Båndet vokser fast i bindevævet i løbet af nogle uger.

Under operationen fylder vi din blære med vand og beder dig om at hoste nogle gange, så at lægen kan tilpasse båndets beliggenhed. Lægen undersøger desuden din blære med en lille kikkert, der føres ind gennem urinrøret for at se, om båndet ligger korrekt og ikke er gået igennem blæren. Herefter sys såret i skeden med selvopløselig tråd.

Operationen varer cirka 45 minutter. Efter operationen og inden du tager hjem, kontrollerer vi, hvor godt du tømmer blæren.

Sådan forbereder du dig

Forbered dig i tiden op til operationen

For at få et både fysisk og psykisk godt resultat efter operationen er det af stor betydning, at du forbereder dig i tiden op til.



- Spis sund og varieret kost med et højt indhold af jern. Kosten skal være rig på fibre, og du skal dagligt spise frugt og grøntsager.
- Forsøg at tabe dig, hvis du er overvægtig. Det vil nedsætte risikoen for komplikationer under og efter operationen.
- Dyrk motion for at forbedre din kondition. Hvis du ikke er vant til at motionere, råder vi dig til at gå en lang tur hver dag.
- Nedsæt dit tobaksforbrug, hvis du er ryger. Du bør helt undlade at ryge i de sidste 6 uger før operationen. Det har stor betydning for sårets heling, og det er naturligvis bedst, hvis du helt stopper med at ryge. Hvis du ønsker hjælp til rygestop, kan du kontakte din egen læge eller Sundhedscenteret i din kommune.
- Følg Sundhedsstyrelsens anbefalinger om alkohol. Hvis du drikker alkohol, bør du højst drikke 10 genstande om ugen og højst 4 genstande om dagen. Drikker du normalt mere end 4 genstande om dagen, bør du helt undlade at drikke alkohol i mindst 4 uger før operationen. Har du problemer med alkohol og ønsker hjælp til at ændre dine vaner, kan du kontakte din egen læge eller Sundhedscenteret i din kommune.

Træn bækkenbunden

Det er en god idé at træne bækkenbunden i tiden op til operationen. Så kan du hurtigere genoptræne den efter operationen.

Tag eventuelt lokal hormonbehandling

Hvis du er omkring eller har passeret overgangsalderen, anbefaler vi, at du bliver behandlet lokalt med hormon i skeden (Vagifem, Ovestin eller Estrin) i tiden op til operationen. Vi taler om dette ved forundersøgelsen.

Hvis du har en inkontinensring i skeden, skal den fjernes senest 1 uge før operationen. Du kan fjerne ringen selv eller få din egen læge til det.

Køb smertestillende medicin

Vi råder dig til på forhånd at købe smertestillende håndkøbsmedicin paracetamol, så du har til de første dage hjemme. Har du behov for stærkere smertestillende, skal du kontakte egen læge.

Hold pause med medicin

Tager du medicin, skal du i nogle tilfælde holde pause for at undgå komplikationer ved operationen. Det gælder særligt smertestillende, gigtmicin, blodfortyndende eller naturmedicin, fx fiskeolie, ingefær og hvidløg. Følg de anvisninger, du får af lægen om din medicin.

Mød fastende

Ved behandlingen bliver du lokalbedøvet. Alligevel vil vi bede dig møde fastende, så vi har mulighed for at lægge dig i fuld bedøvelse, hvis det bliver nødvendigt. Følg disse regler, medmindre du har fået andet at vide af lægen:

- **Stop med at spise 6 timer før.** Det gælder al mad.
- **Stop med at drikke 2 timer før.** Du må gerne drikke klare væsker indtil 2 timer før. Klare væsker kan være: vand, saftvand, te, kaffe, juice uden frugtkød. Væsken må gerne indeholde sukker. Din krop kan bruge energien, så du har det godt.

- **Put intet i munden fra 2 timer før.** Lad være at tygge tyggegummi, spise pastiller eller andet, der stimulerer dannelsen af spyt.
- **Du må tage medicin som aftalt med anæstesilægen.** Er du i tvivl, så lad være at tage medicinen, men medbring den.
- **Særligt for børn og unge under 18 år.** Følg reglerne ovenfor. Du må drikke klare væsker indtil 1 time før.
- **Særligt for småbørn.** Barnet må få modermælk indtil 3 timer før og modermælkserstatning indtil 4 timer før.

Er du i tvivl, så kontakt os. Det er vigtigt for din sikkerhed under bedøvelsen, at du følger reglerne. Du kan se en video om fastereglerne her:

<https://video.RN.dk/sadan-faster-du-for-en-operation>

Vask dig grundigt før operationen

Tag et bad om aftenen eller morgenen, og vask dig grundigt med vand og sæbe – særligt på stedet for indgrebet. Undlad at smøre dig med creme, da det gør desinfektion vanskeligere. Tag rent tøj på. Undlad smykker, piercing, ur og lignende genstande, der er samlested for bakterier. Så har du gjort det, du kan, for at mindske risikoen for infektion.

Fjern makeup og løse genstande

Af hensyn til hygiejne og sikkerhed under operationen skal du forberede dig således:

- **Makeup.** Fjern al makeup og neglelak. Under operationen skal vi kunne iagttage din huds naturlige farver.
- **Smykker.** Fjern løse dele såsom smykker, ur og ringe. Smykker er samlingssted for bakterier, der øger risikoen for infektion.
- **Daglige hjælpemidler.** Briller, høreapparat og tandprotese tager vi af dig lige inden bedøvelsen.
- **Kontaktlinser.** Linser må du gerne beholde i. Fortæl dog sygeplejersken, hvis du bruger linser.

Efter operationen

Vi observerer dig

Efter operationen observerer vi dig, og du bliver tilbudt mad og drikke.

Når du skal lade vandet første gang efter operationen, måler vi urinmængden og skanner din blære for at se, hvor godt du tømmer din blære.

Forvent, at det kan svie, når du lader vandet de første gange efter operationen

Vær opmærksom på, om du lader vandet anderledes efter operationen end før operationen. Fortæl det i så fald til personalet. Det er normalt, at din urinstråle bliver mindre kraftig efter operationen.

Aftal at blive hentet af en pårørende

Hvis du kan lade vandet uden problemer og tømme blæren tilfredsstillende, bliver du udskrevet senere samme dag og kan tage hjem.

Sørg for at have en pårørende til at ledsage dig eller køre dig hjem. Du må ikke selv køre bil det første døgn efter, at du er blevet opereret.

Mulige komplikationer

Efter en operation for ufrivillig vandladning kan du opleve problemer med at tømme blæren fuldstændig. Det kan skyldes hævelse omkring urinrøret på grund af lokalbedøvelsen eller en lille blødning. Oftest varer problemerne kun i kort tid - enkelte patienter bliver på afdelingen natten over og kan tage hjem næste dag. Hvis du stadig ikke tømmer blæren tilstrækkeligt, kan du i en periode blive nødt til at tømme blæren med et kateter (et tyndt plastikrør).

I meget sjældne tilfælde kan man skade urinrør og/eller blære under operationen. Det giver normalt ingen problemer, da hullet lukker sig selv. Oftest vil der være behov for at have et kateter i blæren i en kort periode.

Hvis der er problemer med at tømme blæren, må man en sjælden gang imellem løsne båndet ved en lille operation efter 1-14 dage. Endnu sjældnere må man klippe båndet over eller fjerne dele af det. Hvis det bliver nødvendigt, kan du blive inkontinent igen som før operationen.

Enkelte får blærebetændelse til trods for, at der gives antibiotika under operationen. Får du symptomer på blærebetændelse (feber, svie og smerte ved vandladning, blod i urinen og lignende), skal du kontakte egen læge eller Lægevagten. Nogle få oplever, at de får hyppig vandladningstrang, selv om de tømmer blæren. Dette er som regel forbigående.

Hvis du havde problemer med pludselig, uimodståelig vandladningstrang inden operationen, kan du ikke forvente, at dette bliver bedre efter operationen.

Nogle gange kan båndet med tiden bevæge sig gennem slimhinden ind i skeden eller ind i urinrøret. Det kan give hyppig vandladningstrang, øget udflåd, smerter ved samleje, pletblødning eller infektion. I det tilfælde skal du kontakte din egen læge.

Når du kommer hjem

Læg mærke til din vandladning

Du skal være meget opmærksom på, hvordan din vandladning fungerer. Hvis du fx får besvær med at lade vandet, eller hvis vandladningerne bliver meget hyppige, skal du kontakte hospitalet. Det er normalt, at det tager lidt længere tid at lade vandet.



Tag smertestillende medicin

Du kan have lette smerter eller ubehag i den første tid efter operationen. Vi anbefaler følgende plan de første dage efter operationen:

- Paracetamol (Panodil®, Pinex® eller Pamol®) 500 mg, 2 stk. hver 6.time.
- Ibuprofen (Ipren®, Burana, Ibumetin®) 200 mg, 1-2 stk. 3 gange i døgnet (< 65 år).

Er du over 65 år, undlades Ibuprofen på grund af følsomhed for bivirkninger. Tag i stedet:

- Paracetamol (Panodil®, Pinex®, Pamol®) 500 mg, 2 stk. hver 6.time.
- Tramadol efter lægens anvisning.

Sygemelding

Tag det med ro i en uges tid efter operationen. Regn med at du skal være sygemeldt i 2 uger.

Undlad hård fysisk aktivitet i en periode

Undgå i de første 4 uger at løfte mere end 10 kg, at lave hårdt fysisk arbejde og at dyrke hård sport. Undlad at løbe de første 10 dage og undlad at cykle de første 4 uger.

Undgå karbad og svømmehal

For at mindske risikoen for infektion, fraråder vi dig at bruge tampon, tage karbad, gå i svømmehal og bade i havet, så længe du bløder. Du kan bløde i op til 2 uger fra skeden. Du må gerne tage brusebad, men undgå at få sæbe i sårene.

Hold maven i orden

Det er vigtigt, at du holder tarmfunktionen i orden i de første uger ved at drikke rigeligt, spise varieret, fiberrig kost og gå nogle ture.

Tager du smertestillende medicin, der er udleveret på recept (Tramadol), anbefaler vi, at du tager tablet Magnesia 500 mg 2 stk. ved sengetid.

Træn bækkenbunden

Det er vigtigt at du fortsat træner din bækkenbund. Du må begynde at træne din bækkenbund allerede på operationsdagen.

Vent med samleje

Vent med samleje i 4 uger. Du kan være øm i begyndelsen, men ømheden aftager i løbet af nogle uger. Du kan eventuelt benytte en silikone baseret glidecreme, som glidemiddel.

Genoptag lokal hormonbehandling

Hvis du får lokal hormonbehandling (Vagifem, Ovestin eller Estring), må du genoptage denne behandling 2 uger efter operationen.

Kontakt os ved problemer de første døgn

Kontakt os, hvis du inden for de første 2 døgn får:

- blødning fra sårene

- rødme, ømhed eller hævelse ved sårene
- feber
- besvær med at lade vandet
- hyppige vandladninger
- tegn på blærebetændelse
- stærke smerter
- ildelugtende udflåd.

Herefter skal du kontakte egen læge eller vagtlæge ved problemer.

Kontrol

Du bliver ringet op af en sygeplejerske cirka 3 måneder efter operationen.

Kontakt og mere viden

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



De første to døgn efter operationen kan du kontakte:

Dagafsnit for Kvindesygdomme

Tlf. 97 64 07 14

Vi træffes bedst: Mandag – fredag indtil 17.00

Derefter:

Sengeafsnit 504

Tlf. 97 64 06 65

Øvrige henvendelser:

Ambulatorium for Kvindesygdomme

Tlf. 97 64 07 41

Vi træffes bedst: Mandag – fredag 8.30 – 10.30