



Slyngeoperation ved ufrivillig vandladning (TVT-O)

Du skal opereres for ufrivillig vandladning (urininkontinens), som opstår, når du hoster, nyser eller anstrenger dig.

Operationen kaldes en slyngeoperation eller TVT-O-operation (tension-free vaginal tape-obturator)

SÅDAN FOREGÅR OPERATIONEN

Under operationen er du lokalbedøvet.

Lokalbedøvelse vil sige, at kun operationsstedet er bedøvet, mens du er vågen. Du vil ikke føle smerte, men kan mærke berøring.

Før operationen klipper vi din kønsbehåring med en speciel klippemaskine. Hvis du plejer at fjerne kønsbehåringen, skal du undlade at gøre det i ugen op til operationen.

Inden du bliver bedøvet, får du lagt et drop, som giver dig væske gennem et plastikrør i hånddryggen. Herigennem får du også beroligende medicin og ekstra smertestillende medicin. Du får antibiotika for at forebygge betændelse.

Under operationen ligger du som til en gynækologisk undersøgelse.

Lægen laver et 2-3 centimeter langt snit i skedens forvæg lige under urinrøret. Gennem snittet i skeden føres et smalt bånd af kunststof op på begge sider af urinrøret og ud til hver side, hvor det trækkes ud gennem huden i lysken. Båndet vokser fast i bindevævet i løbet af nogle uger.

Vi beder dig om at hoste nogle gange under operationen. Det hjælper lægen til at se, om du kan holde på urinen. Herefter syr lægen såret i skeden med selvopløselig tråd.

Når operationen er færdig, fylder vi din blære med 300 ml vand, så vi senere kan kontrollere, hvor godt du tømmer blæren efter operationen.

Operationen varer cirka 20 minutter.

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. Du kan læse mere i folderen om rygning og operationer, som du kan få udleveret hos os.
- Vær varsom med at drikke alkohol. Vil du være på den sikre side, bør du højst drikke 7 genstande om ugen. Drikker du normalt mere end 4 genstande om dagen, bør du helt undlade at drikke alkohol mindst 4 uger før operationen. Du kan læse mere i folderen om alkohol og operationer, som du kan få udleveret hos os.

Træn bækkenbunden

Det er en god idé at træne bækkenbunden i tiden op til operationen. Så kan du hurtigere genoptræne den efter operationen. Følg den pjece, du får ved forundersøgelsen.

Tag eventuelt hormonbehandling

Hvis du er omkring eller har passeret overgangsalderen, anbefaler vi, at du bliver behandlet med hormon i skeden i tiden op til operationen. Vi taler om eventuel hormonbehandling ved forundersøgelsen.



Køb smertestillende medicin

Vi råder dig til på forhånd at købe smertestillende håndkøbsmedicin (paracetamol og eventuelt ibuprofen), så du har den til de første dage hjemme.

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. Følg de anvisninger, du får af lægen om din medicin.

Mød fastende til operationen

Normalt foregår operationen i lokalbedøvelse, men hvis det ikke er hensigtsmæssigt eller muligt, kan det være nødvendigt at give dig en fuld bedøvelse. Derfor skal du faste inden operationen, så din mavesæk er helt tom. Det er vigtigt, da bedøvelsen får dine muskler til at slappe af, så der opstår risiko for, at mad i mavesækken kan løbe tilbage gennem spiserøret og ned i lungerne. Du skal derfor følge disse retningslinjer:

- Du må ikke spise fra 6 timer inden aftalen. Du må heller ikke drikke mælkeprodukter eller spise pastiller, bolsjer og tyggegummi.
- Du må gerne drikke klare væsker indtil 2 timer før aftalen. Det kan være vand, saftvand eller te og kaffe uden mælk.
- For dit velbefindende før og efter narkosen anbefaler vi, at du drikker et stort glas saftvand 2 timer før operationen og derefter ingenting, indtil narkosen er overstået.

Der kan gælde særlige regler for dig, fx hvis du er diabetiker, ryger, eller overvægtig. Narkoselægen gennemgår reglerne med dig inden operationen.

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. 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 make-up og løse genstande

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

- **Make-up.** Fjern al make-up og neglelak. Under operationen skal vi kunne iagttage din huds naturlige farver.
- **Smykker.** Fjern løse dele såsom piercing, smykker, ur og ringe. Smykker er samlingssted for bakterier, der øger risikoen for infektion.
- **Kontaktlinser.** Fjern eventuelt kontaktlinser inden operationen.

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).

En sjælden gang må man løsne båndet ved en lille operation. 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.

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.

I meget sjældne tilfælde kan man skade urinrør og/eller blære under operationen.



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.

Forvent, at det kan svie, når du lader vandet

De første gange, du lader vandet efter operationen, kan det svie lidt. Vær opmærksom på, om du lader vandet anderledes efter operationen end før operationen. Fortæl det i så fald til personalet.

Du bliver udskrevet samme dag eller dagen efter

Hvis du kan lade vandet uden problemer og tømme blæren tilfredsstillende, bliver du udskrevet senere samme dag og kan tage hjem. I modsat fald kan du overnatte på afsnittet.

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.

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 sygehuset.

Det er normalt, at det tager lidt længere tid at lade vandet.

Forvent at have smerter på inderlårerne

Der er normalt smerter i lysken i 3-7 dage efter operationen. Hos nogle går der 2-3 uger, inden smerterne forsvinder helt. Du kan lindre smerterne med smertestillende medicin fra håndkøb.

Sygemelding

Tag det med ro i en uges tid efter operationen, vær eventuelt sygemeldt i 1 – 2 uger. Hvor længe du skal være sygemeldt, afhænger først og fremmest af dine smerter, idet det er disse, der kan give begrænsninger.

Fysisk aktivitet

Undgå løb i 10 dage og undlad at cykle de første 4 uger, men ellers er der ingen restriktioner.

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 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, fiberrik kost og gå nogle ture.

Træn bækkenbunden

Du må begynde at træne din bækkenbund allerede på operationsdagen. Følg vejledningen i den pjece, du fik udleveret ved forundersøgelsen.

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 god olie, fx mandelolie eller silikoneglidecreme, som glidemiddel.

Undgå fortsat rygning og alkohol

Pas godt på dig selv efter operationen. Du bør lade være med at ryge, og du bør højst drikke 7 genstande om ugen, da alkohol og tobak påvirker kroppens evne til at hele.

Kontakt os ved problemer de første døgn

Kontakt Afsnit 105, hvis du inden for de første par døgn får:

- blødning fra sårene
- rødme, ømhed eller hævelse ved sårene
- feber
- besvær med at lade vandet
- hyppige vandladninger



- tegn på blærebetændelse
- stærke smerter
- idelugtende udfåd.

KONTROL

Du bliver ringet op af en sygeplejerske cirka 3 måneder efter operationen. Hvis du har problemer i relation til operationen, får du en tid til en undersøgelse.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Hvis du bliver syg eller har praktiske spørgsmål inden operationen, kan du kontakte afsnit 105, se nedenfor.



Kontakt

Afsnit 105
Tlf. 97 64 06 65

Ambulatorium for Gynækologi
Tlf. 97 64 07 41
Vi træffes bedst:
Mandag – fredag 8.15 – 11.00 og
13.30 – 14.30