



AKADEMISKA
SJUKHUSET

Framfallsoperation

Information



Har du frågor, kontakta:

Kontakta oss via e-tjänster på www.1177.se

Operationskoordinator
Måndag-fredag klockan 9–10

018-611 57 01

Bäckenbottenmottagningen
Måndag-fredag klockan 8–16

018-611 56 80



Vänd sida för
att läsa mer!

Datum: 2023-11-22
ID: DocPlusSTYR196-1715

REGION UPPSALA

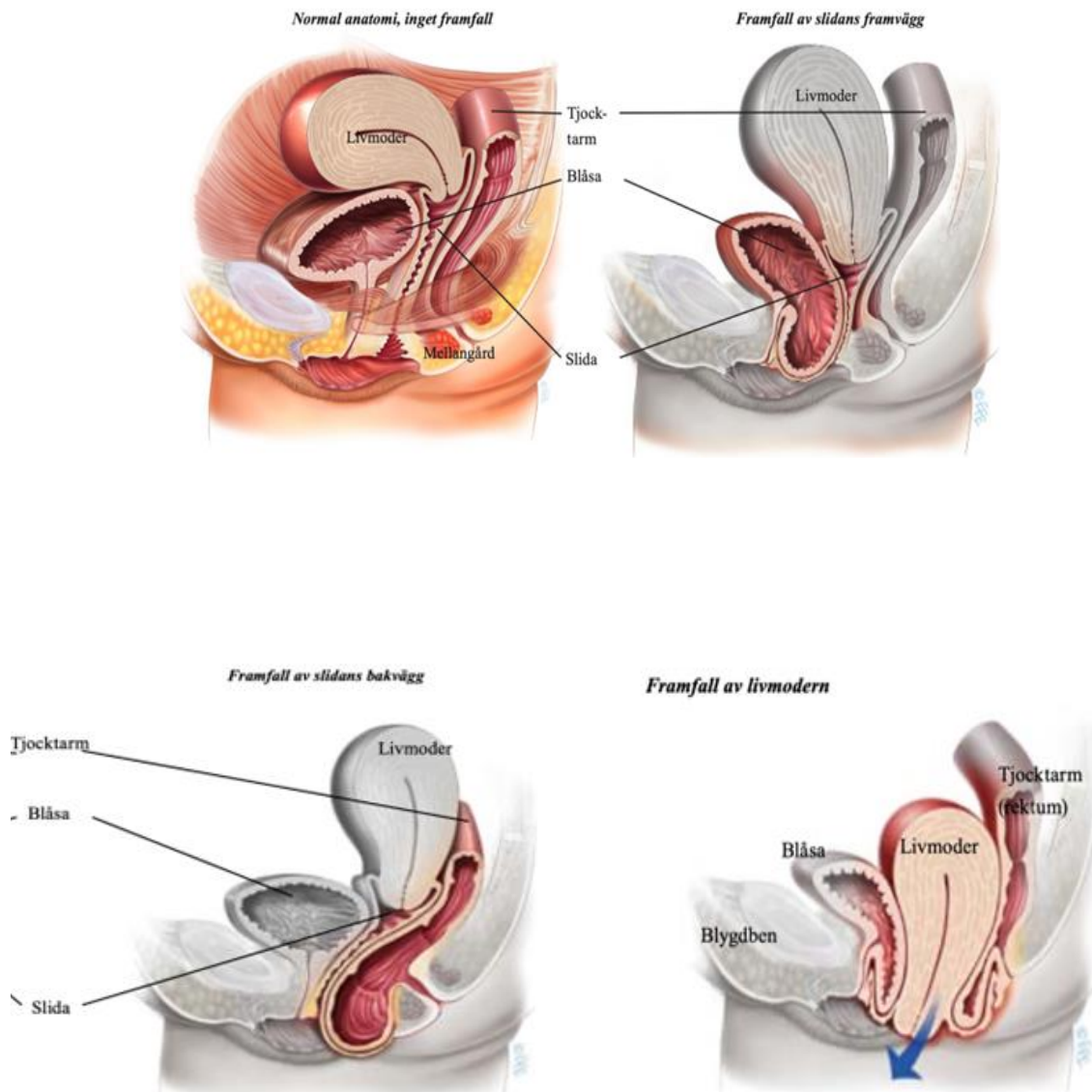
Framfall

Framfallsbesvär är vanligt hos kvinnor, framför allt hos kvinnor som fött barn vaginalt. Cirka 20% av kvinnor i Sverige opereras för framfall någon gång under sin livstid.

Framfall av bäckenorganen uppkommer när de muskler, muskelfästen och stödjande bindväv (fascia) som håller organen i sitt rätta läge, blir försvagade. Framfall kan orsaka tyngdkänsla eller en känsla att något buktar in i slidan eller ut ur slidmynningen.

Framfall kan också göra det svårt att tömma blåsan med en jämn och stark stråle och kan leda till urinträngningar och/eller ökat blåstömningsbehov.

Framfall av slidans bakvägg eller mellangård kan leda till tarmtömningsbesvär eller en känsla av ofullständig tarmtömning. Det kan också medföra behov att stötta bakre slidväggen för att underlätta tömning av tarmen, så kallad digitalisering. Det kan också orsaka obehag vid samlag.



Vad är en framfallsoperation?

Operation är ett kirurgiskt ingrepp som syftar till att laga eller förstärka den stödjande bindväven, (fascian), i slidans framvägg, bakvägg, fästa upp livmodertappen, eller en kombination av dessa varianter. Det kan behövas att livmodern opereras bort i samband med framfallsoperation.

Ingreppet genomförs i narkos, eller med ryggbedövning, eller lokalbedövning.

Din läkare föreslår den mest passande operationen för dig. Grundat på en rad olika faktorer såsom din ålder, tidigare genomgången kirurgi, grad av framfall, och din hälsohistoria.

Målet är att lindra tryckkänsla och förbättra blås- och tarmtömningsfunktioner, utan att påverka slidans övriga funktioner och samlivet.

I enstaka fall kan ett ingrepp som försluter slidan rekommenderas. Den kan vara ett alternativ du har ett mycket stort framfall, inte har ett aktivt samliv eller om det av medicinska skäl inte lämpligt att planera för en stor operation. Den huvudsakliga fördelen med detta ingrepp är relativt kort operationstid och en snabb återhämtning.

Det finns olika sätt att göra en framfallsoperation. Slemhinnan i slidan (framvägg eller/och bakvägg) öppnas upp i mittlinjen och den underliggande stödvävnaden (fascian) separeras.

Den försvagade fascian lagas med stygn och därefter sluts slemhinnan i slidan.

Ibland behövs en bit av livmodertappen skärs bort, innan man fäster upp livmodern.

Ibland kan fästa upp livmodern utan att ta bort livmodertappen.

I vissa fall tar man bort livmodern helt innan man fäster upp slidstoppen och lagar slidsstödvävnaden. Framfallsoperation är framgångsrik hos 70 – 90% av fallen som genomgått kirurgi. Återkommande framfall kan uppstå på grund av kvarvarande faktorer som orsakat framfall till exempel försvagade bäckenbottenmuskler och bindväv, förstoppning, samt övervikt.

Inför operation

- Prolapsring ska tas ut 1–2 dagar före operationen för att minska risken för infektion.
- Har du haft skavsår i slidan på grund av ringen eller om du har rikliga blodtillblandad flytning skall ringen tas bort minst två veckor före planerad operation.
- Lokalt östrogen (Vagifem, Ovesterin eller Oestring) ska användas fram till operationsdagen.
- Din läkemedelslista ska ses över av din läkare. Blodförtunnande läkemedel
- (Eliquis, Clopidogrel, Waran med flera) ökar blödningsrisken och bör undvikas viss tid före operationen. Då ska få instruktioner av din läkare kring hur du ska ta/inte ta blodförtunnande inför din operation och om du behöver Fragminsprutor under eventuellt uppehåll.
- Sluta helt med Omega-3, vitaminer, naturläkemedel och andra kosttillskott två veckor före operationen, då dessa eventuellt kan ge ökad blödningsbenägenhet.
- Rökning ökar risk för infektion och återfall av framfallet, rekommendationen är därför rökstopp inför operationen.
- Klipp könsbehåringen (men raka inte).

Kvällen före operation

- Ät inte något efter klockan 24 kvällen före operationsdagen.
- Det går bra att dricka vatten eller saft fram till klockan 6.
- Drick inte juice med fruktkött, eller mjölk och mejeriprodukter.
- Töm tarmen, använd Microlax eller Klyx som finns att köpa receptfritt på apoteket.
- Duscha med vanlig duschtvål.
- Ta dina ordinarie läkemedel på morgonen som vanligt om inget annat ordinerats.
- Lämna bilen hemma och ordna hemfärd.
- Undvik röka, snusa, och ta tuggummi efter klockan 24.
- Ta bort nagellack. Lämna smycken och värdesaker hemma.

Efter operationen

- När du vaknar upp ur narkosen har du en tamponad som fungerar som tryckförband för att minska risken för blödning efter ingreppet. Den dras efter några timmar.
- Du kan ha en urinkateter som avvecklas senare innan hemgång.
- Om operationen görs som dagkirurgi får man stanna kvar på uppvakningsavdelningen minst två timmar. Vila i hemmet resten av operationsdagen.
- Vid behov vårdas du på avdelningen.
- Du kan äta och dricka efter operationen.
- Före hemgång kontrolleras att du kan tömma urinblåsan. I vissa fall där man inte tömmer urinblåsan adekvat får man gå hem med kateter. Före hemgång får man en planerad tid för borttagande av katetern på bäckenbottenmottagningen.

Smärta och stygn

Smärta förekommer främst under den första veckan efter operationen, men även under hela läkningsförloppet. Efter en operation i slidans bakvägg eller mellangård kan det under de första dagarna göra väldigt ont och känns som ett tryck bakåt mot ändtarmen.

Man kan behöva ta värktabletter när man har ont, det gör dig rörligare och minskar risken för blodpropp. De första dagarna kan det vara bra att ta värktabletter regelbundet, till exempel 1–2 Alvedon 500 mg och/eller Ipren 400 mg max 3/dygn.

Vi skriver även ett litet recept på morfintabletter, så att du under första dygnet har extra smärtstillande utöver Alvedon och Ipren. Stygnen du är sydd med behöver inte tas bort, de försvinner av sig själva.

Blödning

Det är vanligt med blödningar och ökade flytningar som är blodtillblandade under läkningsförloppet, använd binda, inte tampong efter din operation. Den ökade mängden flytning som uppkommer efter operationen, kommer att minska succesivt när stygnen bryts ner. Du bör kontakta sjukvården ifall flytningarna luktar illa.

Hygien

Det går utmärkt att duscha. Bad bör undvikas under första veckorna eller tills slidväggarna läkt. Lokalt östrogen kan du börja använda efter tre veckor.

Vattenkastning

Första tiden efter operationen är det vanligt att det går lite trögare att tömma blåsan och att det känns annorlunda att kissa. Slappna av och ge dig tid för att tömma blåsan. Det kan hända att du behöver vänta någon minut och kissa ytterligare en gång och ibland även en tredje gång. Vänta inte längre än max fyra timmar under dagtid mellan dina miktionser under din läkningsperiod. Undvik att dricka mycket vätska på kvällar och nätter, samt innan du går och lägger dig. Observera att alkohol kan göra det svårare för dig att tömma blåsan. Urinläckage botas inte av en framfallsoperation och läckaget kan ibland bli sämre de första veckorna efter operationen. 10–15% av kvinnor kan få nytillkommet urinläckage efter operationen, eftersom vinkeln på urinröret ändras.

Tarmfunktion

Undvik förstoppning (hård avföring) och kraftig krystande första månaden.

Ät exempelvis katrinplommon, linfrö, eller vetekli och ta laxerande som skrivs åt dig på recept.

Du kan vid behov använda det i flera veckor. Om du blir hård i magen finns det olika typer av mjukgörande medel för att köpa receptfritt på apotek, så att du inte behöver ta mikrolavemang.

Tarmtömning förbättras ofta efter operationen, dock botas inte avföringsläckage av en framfallsoperation.

Samliv

Du bör undvika samlag i 6–8 veckor efter ingreppet så att vävnaden hinner läka. När samlivet återupptas är det vanligt med ytlig samlagssmärta och en känsla av stramhet. Det brukar gå över med tiden.

Vi rekommenderar glidmedel när man återupptar samlivet efter en framfallsoperation.

Glidmedel kan köpas receptfritt på alla apotek.

Fysisk aktivitet

De första 3–4 veckorna efter operationen ska du inte utsätta bäckenbotten för påfrestningar i form av tunga lyft eller träning. Promenader eller annan lugn aktivitet är gynnsam för sårhäkning och bra för det allmänna välbefinnandet. Bäckenbottenträning kan man återuppta några dagar efter operationen under förutsättning att det inte orsakar smärta. Maximal stabilitet och läkning i området uppnås efter tre månader, tills dess bör framför allt tunga lyft (> 10kg) undvikas. Operationsområdet kan betraktas som fullständigt läkt efter 3–4 månader. Tyngre träning (tung styrketräning, studsmattor etcetera) bör undvikas även efter att man läkt färdigt efter sin framfallsoperation, om man har större bäckenbottenmuskelskador, för att minimera risken för återfall av framfallet. Det är alltid bra att efter fullständig läkning, träna lågintensiv träning till exempel simning, cykling, promenad, gå i trappor eller yoga.

Sjukskrivning

Sjukskrivningstiden varierar mellan 2–5 veckor beroende på ingreppets omfattning

och vilken typ av arbete du har. Din läkare kommer informera dig om detta efter operationen.

Sjukintyget skickas elektroniskt till ”Mina Sidor” på 1177 och om den är längre än två veckor så skickas den även elektroniskt till Försäkringskassan.

Uppföljning

Vanligen sker inget återbesök till kvinnosjukvården. I vissa fall kan det dock finnas skäl att boka en uppföljning efter operationen, i så fall berättar operatören det för dig.

Ett frågeformulär kommer att skickas till dig efter cirka åtta veckor samt tolv månader efter din operation som kvalitetsuppföljning. Om du anger i dessa att du har kvarstående besvär, kommer du att kontaktas av kvinnokliniken.

Problem efter operation

En operation innebär alltid en viss risk för komplikationer. Urinvägsinfektion förekommer hos cirka 6% av kvinnor efter operation och det känns som sveda eller smärta vid vattenkastning.

Förstoppning är ett vanligt besvär efter operationen därför får du laxerande medel för att förebygga detta.

Vid onormala smärtor, problem med tarmtömning, feber, illaluktande flytningar, tecken på sårinfektion i anslutning till operationen, kontakta Bäckebottenmottagningen på 018-611 56 80 annars kontakta Vårdguiden på telefon 1177 eller via 1177.se.

För mer information, besök www.YourPelvicFloor.org.



1177

Du hittar information och tjänster för din hälsa och vård på webbplatsen 1177.se. För sjukvårdsrådgivning ring 1177, öppet dygnet runt.



Kontakt Akademiska

Akademiska sjukhuset nås via:
patientkontakt@akademiska.se
Patientkontakt 018-611 30 33,
Växel: 018-611 00 00
www.akademiska.se