



AKADEMISKA  
SJUKHUSET

# Framfallsoperation

Information



## Har du frågor, kontakta:

Kontakta oss via e-tjänster på [www.1177.se](http://www.1177.se)

Operationskoordinator  
Måndag-fredag kl 9-10

018-611 57 01

Bäckenbottenmottagningen  
Måndag-fredag kl 8-16

018-611 57 05

Datum: 2021-10-15  
ID: DocPlusSTYR196-1715



Vänd sida för  
att läsa mer!

REGION UPPSALA

## Till dig som opererats vid framfall

Med framfall menar vi nedsänkning av slidväggen. Det kan innebära att urinblåsan, tarm, livmoder eller livmoderhalsen buktar ned i eller utanför slidan.

Om du de senaste sex månaderna fått vård utanför Sverige eller i ett annat landsting, ber vi dig kontakta oss för eventuell provtagning, tfn 018-611 57 05.

## Inför operation

Om du har prolapsring ska du ta ut ringen dagen före operationen. Om du har haft problem med sår i slidan efter ringen eller har riklig 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. Läkemedel som ökar blödningsrisken bör undvikas viss tid före operationen.

Det är bra om du klipper könsbehåringen själv.

## Kvällen före operation

Ät inte något efter kl 24 kvällen före operationen. Det går bra att dricka vatten eller saft fram till kl 6. Drick inte juice med fruktkött, eller mjölkprodukter. Töm tarmen kvällen innan med Microlax eller Klyx som finns att köpa receptfritt på apoteket. Duscha på kvällen innan samt på operationsdagens morgon.

Rökning, snus och tuggummi ska undvikas efter kl 24.

Ta bort nagellack. Lämna smycken och värdesaker hemma.

## Operationsdagen

Vid medicinerings tar du dina ordinarie läkemedel på morgonen som vanligt om inget annat ordinerats. Lämna bilen hemma och ordna hemfärd. Operationen görs via slidan och tar oftast 45–60 min. Många ingrepp görs i lokalbedövning med lugnande och smärtstillande mediciner. I vissa fall blir man sövd eller får ryggbedövning. Blåsan avlastas under operationen.

## Efter operationen

### Dagkirurgiska patienter

Efter operationen får du stanna kvar på uppvakningsavdelningen minst två timmar. Vila i hemmet resten av operationsdagen.

### Inneliggande patienter

Efter operationen vårdas du på avdelningen. Man kan börja äta och dricka på operationsdagens kväll. Före hemgång kontrollerar vi att du kan tömma blåsan. I vissa fall där man inte tömmer blåsan adekvat får man gå hem med kateter. Före hemgång får man tid för borttagande och kontroll av tömning. Hemgång sker på förmiddagen efter operationen.

## Smärta och stygn

Smärta förekommer främst under den första veckan efter operationen, men även under hela läkningsförloppet. Det är bra att 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. Stygnen behöver inte tas bort, de försvinner av sig själv.

## Blödning

Det är vanligt med blödningar och ökade flytningar under läkningsförloppet. Använd binda, inte tampong, i cirka två till tre veckor efter operationen.

## Hygien

Det går utmärkt att duscha. Bad bör undvikas under två-tre veckor eller tills slidväggarna läkt. Lokalt östrogen kan du börja använda efter en till två veckor.

## Vattenkastning

Första tiden efter operationen är det vanligt att det går lite trögare och känns annorlunda att kissa. Slappna av och ge dig tid för att tömma blåsan. Krysta inte. Det kan hända att du behöver vänta någon minut och kissa ytterligare en gång och även en tredje. Håll dig inte mer än fyra timmar under dagtid och tänk på att alkohol kan göra det svårare för dig att tömma blåsan. Undvik att dricka mycket innan du går och lägger dig.

## Tarmfunktion

Undvik förstoppning och kraftigt krystande första månaden. Trög mage kan förebyggas genom att äta exempelvis katrinplommon, linfrö eller vetekli. Om du blir hård i magen finns det olika typer av mjukgörande medel och mikrolavemang att köpa receptfritt på apoteket.

## Samliv

Under fyra till sex veckor efter ingreppet skall du inte ha samlag. Första tiden efter operation kan det vara lite ömt men det brukar bli bättre med tiden.

## Fysisk aktivitet

Promenader eller annan lugn aktivitet är nyttig för sårhäkning och allmänbefinnande. Undvik tunga lyft (> 5kg) under första månaden (till exempel mattskakning, hastig gång i trappa, hänga tung tvätt, stavgång och trädgårdsarbete). Tyngre sporter/träning bör man vänta med i cirka två månader, börja lugnt och öka stegvis. Bäckebottenträning kan man börja med direkt efter operationen under förutsättning att det inte orsakar smärtor.

## Sjukskrivning

Sjukskrivningstiden varierar mellan en till fyra veckor beroende på ingreppets omfattning och vilken typ av arbete du har.

## Hemgång

Innan hemgång kontrollerar vi att du kan tömma blåsan ordentligt och att du inte har onormala smärtor eller blödning. Om du har varit insatt på blodförtunnande läkemedel (Fragmin/Klexane) får du recept på detta.

## Uppföljning

Vanligen sker inget återbesök till kvinnosjukvården. I vissa fall kan det dock vara nödvändigt och då berättar operatören det för dig. Ett frågeformulär kommer att skickas till dig efter cirka åtta veckor samt tolv månader som kvalitetsuppföljning.

## Problem efter operation

Om du får problem med vattenkastning, onormala smärtor eller problem med tarmtömning i anslutning till operationen, kontakta Bäckebottenmottagningen på 018-611 57 05.

Om du upplever tecken på urinvägsinfektion (sveda/trängningar) trots att du kan tömma blåsan, skall du kontakta din vårdcentral. Om du får feber, illaluktande flytningar, tecken på sårinfektion eller svårigheter att tömma blåsan, kontakta Vårdguiden på telefon 1177 eller via 1177.se.

## Mina anteckningar

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



### 1177 Vårdguiden

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](mailto:patientkontakt@akademiska.se)  
Patientkontakt 018-611 30 33,  
Växel: 018-611 00 00  
[www.akademiska.se](http://www.akademiska.se)