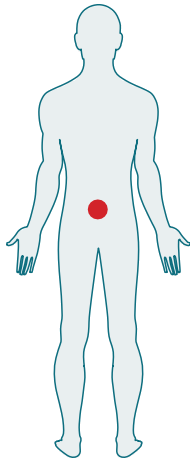


Hjælpekema

1. Dit operationssår

Symptomerne viser sig yderst sjældent **efter** tredje uge.



Kig på dit operationssår. Få evt. en pårørende til at hjælpe dig. Hvis du observerer følgende tegn, sæt da et kryds:

- Rødme
- Udtalt ømhed (en dunkende fornemmelse)
- Varme
- Feber. Temperatur over 38,0°C målt i endetarmen
- Pus (gulligt væske) eller sivning (blod eller væske)
- Udtalt hævelse

Hvis du sætter kryds i minimum 3 felter:

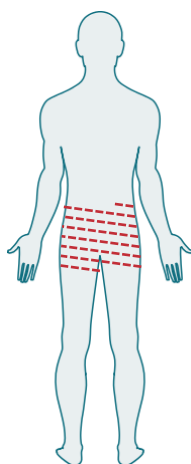
Kontakt Hjerne- og Rygkirurgisk Klinik på tlf. 7845 4420.

Uden for klinikkens åbningstid kontaktes vagtlægen.

Du bedes informere Hjerne- og Rygkirurgisk Klinik på førstkommande hverdag, hvis du har været i kontakt med vagtlægen.

2. Smerter i lænden

Spørgsmål 2-5 er oftest relevante de første 8 uger efter din operation.



Vurder din smerte på en skala fra 0-10, hvor 0 er ingen smerte og 10 er den værste tænkelige smerte:

I hvile:

Sæt ring om det tal der passer bedst på din smerte:

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

I aktivitet (en belastning som svarer til at gå en tur):

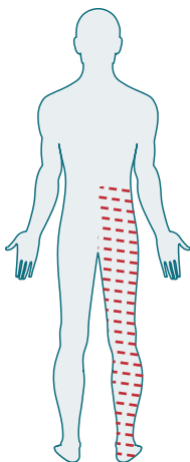
Sæt ring om det tal der passer bedst på din smerte:

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hvis du tager den medicin, som lægen har anbefalet dig og scorer over 3 i hvile og over 5 i aktivitet, skal du kontakte din *egen læge*, så du kan blive behandlet bedre for dine smerter.

Mange lændesmerter opstår pga. spændinger i musklerne eller overbelastning. Det er derfor vigtigt, at du er opmærksom på om dine aktiviteter udløser forværring af smerterne. I så fald skal du holde igen med aktiviteter og holde flere pauser. Det er dog vigtigt, at du laver de medgivne øvelser udarbejdet af fysioterapeuter.

3. Udstrålende smerter – som trækker ud i ryg, baller og ben



Hvis du har udstrålende smerter:

Er dine smerter *mindre* end før operationen: Forsøg at aftrappe din smertestillende medicin med hjælp fra egen læge.

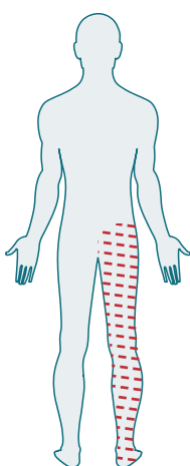
Er dine smerter *det samme* i forhold til før operationen: Kontakt egen læge så du kan blive behandlet bedre for dine smerter.

Er smerterne efter 5-7 dage *stadig det samme* i forhold til før operationen: Tag kontakt til Hjerne- og Rygkirurgisk Klinik.

Er dine smerter *forværret* i forhold til før operationen: Kontakt egen læge så du kan blive behandlet bedre for dine smerter.

Er smerterne efter 3-4 dage stadig forværret i forhold til før operationen: Tag kontakt til Hjerne- og Rygkirurgisk Klinik.

4. Nedsat kraft, lammelse eller føleforstyrrelser i baller, ben og/eller fødder

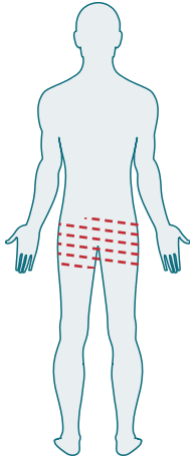


Hvis du har kraftnedsættelse og/eller føleforstyrrelser i baller, ben og/eller fødder:

Er kraftnedsættelsen *mindre* eller *det samme* end før operationen: Ingen grund til handling, afvent genoptræningsforløb.

Er kraftnedsættelsen *ændret* eller *forværret* i forhold til ved udskrivelsen: Tag kontakt til Hjerne- og Rygkirurgisk Klinik. Udenfor klinikens åbningstid kontaktes Hjerne- og Rygkirurgisk Sengeafsnit 1.

5. Problemer med vandladning eller afføring



Hvis du har nyopståede problemer med at lade vandet og/eller problemer med at holde på luft og afføring, er det vigtigt at søge hjælp samme dag.

På mandage, tirsdage og torsdage kl. 8-15, onsdage kl. 9-15 og fredage kl. 8-14 kontaktes Hjerne- og Rygkirurgisk Klinik på tlf. 7845 4420. Udenfor klinikens åbningstid kontaktes Hjerne- og Rygkirurgisk Sengeafsnit 1.