

Din sjekkliste før operasjon

Sjekklisten skal bidra til at du er godt forberedt og selv kan bidra til å forebygge komplikasjoner som kan oppstå ved en operasjon. Bruk listen ved å krysse av på punktene.

Dukker det opp spørsmål underveis kan du skrive de ned og ta med til sykehuset eller ta kontakt med avdelingen på telefon: [67 96 52 00](tel:67965200) (mandag til fredag kl. 10-11.30 og 12-14). Mer informasjon om avdelingen finner du på ahus.no/kirurgisk-avdeling-gardermoen.

Viktige forberedelser før operasjon

1. Bruker du medisiner?	
☐	nei - gå til punkt 4
☐	ja - lær deg navn, utseende, tidspunkt du tar medisinen og hvorfor du tar dem
2. Bruker du blodfortynnende medisiner?	
☐	nei
☐	ja - er du informert om du skal stoppe eller når du skal stoppe med dem før din operasjon? Hvis ikke, ring to uker før operasjonen og avklar med avdelingen.
3. Har du oversikt over hvilke medisiner du bruker hver dag?	
☐	ja - husk å ta med medisinliste til sykehuset
☐	nei - kontakt fastlegen og be om en ny medisinliste
4. Har du diabetes, høyt blodtrykk, hjerte- og karsykdommer, sår som ikke gror eller blir du behandlet for andre kroniske lidelser?	
☐	nei
☐	ja - bestill time hos fastlegen før operasjonen, hvis du ikke har vært til kontroll på et år
5. Har du vært i utlandet de siste 12 månedene og hatt tannbehandling, medisinsk behandling, vært innlagt eller jobbet på sykehus?	
☐	nei
☐	ja - bestill time hos fastlegen for bakterieprøver før innleggelse, ring avdelingen og informer om prøvesvaret
6. Er du informert om at hvis du slutter med røking og inntak av alkohol og andre rusmidler i god tid før operasjonen, så forebygger det komplikasjoner?	
☐	ja
☐	nei - be om informasjon fra fastlege
☐	ikke aktuelt
7. Er du informert om aktivitet og et næringsrikt kosthold før operasjon kan redusere sjansen for komplikasjoner? (avklar med fastlegen din om aktivitetsnivå)	
☐	ja
☐	nei - be om informasjon fra fastlege

Tannlege og ernæringsstatus

8. Går du til tannlege hvert år?		
☐	ja	
☐	nei – <i>er det lenge siden du har vært hos tannlege anbefaler vi at du bestiller en time for kontroll før operasjon</i>	
9.¹ A) Har du gått ned i vekt i det siste uten å ha gjort forsøk på det?		
	Nei	0
	Vet ikke	2
	Ja. Hvor mange kilo?	
☐	1-5 kg	1
☐	6-10 kg	2
☐	11-15 kg	3
☐	Over 15 kg	4
☐	Vet ikke	2
B) Har du spist mindre enn vanlig på grunn av nedsatt matlyst?		
☐	nei	0
☐	ja	1
Total poengskår:		
10. Se poengskår fra spørsmål 9 A og B. Ble totale poengskår to eller mer?		
☐	ja - <i>om poengskåren ble over to må du bestille time hos fastlege for å diskutere om vekttapet kan ha en spesiell årsak eller innvirkning på operasjon</i>	
☐	nei	

¹ Punkt 9 er gjengitt fra tidsskriftet Nutrition, Vol 15(6). Ferguson M, Capra S, Bauer J, Banks M. Development of a valid and reliable malnutrition screening tool for adult acute hospital patients. 458-464.1999, med tillatelse.

To uker før operasjon

11. Har du lest innkallingsbrevet og annen informasjon du har fått?	
☐	ja
☐	nei - <i>det er viktig at du leser informasjonen vi sender deg for at operasjonen kan gå som planlagt</i>
12. Vet du hvilken operasjon du skal ha og når du skal opereres?	
☐	ja
☐	nei - <i>ring avdelingen og avklar, se kontaktinformasjon i innkallingsbrevet ditt</i>
13. Skal du ta blodprøver noen dager før operasjon? Vet du når og hvor?	
☐	ja
☐	nei
☐	Vet ikke – <i>sjekk innkallingsbrevet eller ta kontakt med avdelingen</i>
14. Har du fylt ut helseopplysningsskjema på helsenorge.no?	
☐	ja
☐	nei - <i>kontakt avdelingen</i>
15. Er du under utredning for andre sykdommer?	
☐	nei
☐	ja - <i>ring avdelingen og gi beskjed tidligst mulig, hvis ikke du har informert kirurgen din</i>
16. Råd – ta med deg noen <i>Når du får informasjon om operasjonen i forkant anbefaler vi at du har med deg en fra nær familie eller en venn. De kan også være med på telefon.</i>	
17. Råd – nikotin <i>Nikotin fra røyk, snus og -sigaretter øker risikoen for komplikasjoner, som infeksjon, dårlig sårtilheling og blodpropp. Vi anbefaler at du slutter å røyke og snuse minst 14 dager før operasjonen.</i>	

En uke før operasjon

18. Er du informert om hva du skal gjøre dersom du blir syk uken før innleggelse?	
☐	Ja
☐	nei - <i>gi oss beskjed så fort som mulig hvis du blir syk før innleggelse</i>

Planlegg utskrivelse med helsepersonell før operasjon

19. Er du informert om du skal reise hjem samme dag som operasjonen eller om du skal legges inn?	
☐	ja
☐	nei - <i>avklar med sykepleier</i>
20. Kan det være noen hos deg det første døgnet du kommer hjem fra sykehuset?	
☐	ja
☐	nei - <i>informér lege eller sykepleier hvis du ikke har noen hjemme</i>
21. Er det noe du trenger å ha klart hjemme (bandasjer, medisiner, hjelpemidler, hjemmehjelp)?	
☐	nei
☐	vet ikke - <i>se innkallingsbrevet</i>
☐	ja - <i>avklar med sykepleier og skriv ned hva du eventuelt trenger</i>
22. Har du fått tilbud om rehabilitering eller fysioterapi?	
☐	ja
☐	nei - <i>avklar med sykepleier om du har behov for det</i>
☐	ikke aktuelt

Dagen før operasjon

23. Råd - Legg igjen verdisaker hjemme. <i>Sykehuset har begrenset med lagringsplass.</i>	
24. Har du fjernet ringer, smykker, piercinger, falske negler og neglelakk?	
☐	ja
☐	nei – <i>ta av alt av før innleggelse</i>
25. Er du informert om du skal ha tømme tarmen eller ikke, dagen før operasjonen din?	
☐	ja - <i>avklar med sykepleier om rutine</i>
☐	nei - <i>sjekk innkallingsbrevet, ta kontakt om noe er uklart</i>
26. Er du informert om når du skal faste (ikke spise/drikke/røyke/snuse) før operasjonen din?	
☐	ja
☐	nei - <i>se innkallingsbrevet</i>

27. Er du informert om hygiene og dusj-rutiner før operasjonen?	
☐	ja
☐	nei - se innkallingsbrevet
28. Er du allergisk mot mat, medisiner eller medisinsk utstyr (for eksempel latex)?	
☐	nei
☐	ja - oppgi allergi til legen eller sykepleieren ved innskrivning til sykehuset
29. Bruker du naturmidler eller kosttilskudd?	
☐	nei
☐	ja - oppgi navn til legen og hva du bruker det for
30. Er du informert om forventet smerte etter operasjon?	
☐	ja
☐	nei - avklar med legen eller sykepleieren om hva du kan forvente

Forberedelser på sykehuset

31. Har du blitt merket på den siden eller området du skal opereres?	
☐	ja
☐	nei - gi beskjed til sykepleier
☐	ikke aktuelt
32. Unngå å fryse <i>Det er viktig at du ikke blir kald like før operasjonen. Gi beskjed til sykepleier om du er kald eller fryser</i>	
33. Sjekkliste for trygg kirurgi i operasjonsavdelingen <i>På Ahus gjør vi alt vi kan for å sikre trygge operasjoner. Før en operasjon skal du bekrefte identiteten din, hvilken operasjon du skal ha og eventuelt hvilken side eller område du skal opereres på. Om du ikke blir spurt om dette ber vi deg om å spørre personellet om en gjennomgang av sjekklisten «trygg kirurgi». helsedirektoratet.no/faglige-rad/sjekkliste-for-trygg-kirurgi/sjekklisten</i>	

Lykke til med operasjonen!

Sjekklisten er en tilpasset versjon av sjekklister utviklet av Helse Bergen, basert på Harris, K., et al. (2022). "Development and validation of patients' surgical safety checklist." *BMC Health Serv Res* 22(1): 259–259. Gjengitt med tillatelse.