**Generell informasjon:**

Du må regne med å ha noe smerter etter operasjon. Hvis smertene hemmer deg i å være i aktivitet; Si fra til sykepleier og du vil få smertestillende tabletter ved behov.

Blærekateter og dren fjernes raskest mulig etter operasjon.

Måltidene inntas på dagligstuen.

Luftavgang er første tegn på at tarmene begynner å virke etter operasjon. Tyggegummi, mat og drikke er viktig for å stimulere tarmene til aktivitet.

Aktivitet er viktig for å forebygge komplikasjoner som lungebetennelse, blodpropp, kvalme og infeksjoner.

**Pasientdagbok for:** Denne dagboken følger deg under oppholdet og du fyller den selv ut.

**Operasjonsdagen, etter operasjon:**

Jeg har spist:  Litt Ingenting

Jeg har drukket: ………..Antall ml

Drukket 1 næringsdrikk Ja Nei

Jeg har tygget tyggegummi Ja Nei

Jeg har hatt luftavgang Ja Nei

**Mål: sitte oppe i 2 timer**

Jeg har vært oppe: Ingenting

På sengekanten

30 minutter

1 time

2 timer

**Dag 3 etter operasjon:**

Jeg har spist:

Frokost Middag Suppe Kveldsmat

Jeg har drukket: …………… Antall ml

**Mål: drikke 2 næringsdrikker:**

Jeg har drukket antall næringsdrikker

Ingen 1 Stk 2 Stk

Jeg har tygget tyggis Ja Nei

Jeg har hatt luftavgang Ja Nei

Jeg har hatt avføring Ja Nei

**Mål: Være ute av sengen 8 timer til sammen; Sitte oppe til måltider, gå 4 runder i korridoren. Spise måltidene på dagligstuen.**

Jeg har vært oppe til disse måltidene:

Frokost Middag SuppeKveldsmat

Jeg har gått eller sittet i stol:

Skriv opp antall minutter her: ……………

**Dag 2 etter operasjon:**

Jeg har spist:

Frokost  Middag Suppe  Kveldsmat

Jeg har drukket: …………… Antall ml

**Mål: Drikke 2 næringsdrikker:**

Jeg har drukket antall næringsdrikker

Ingen 1 Stk 2 Stk

Jeg har tygget tyggis Ja Nei

Jeg har hatt luftavgang Ja Nei

Jeg har hatt avføring Ja Nei

**Mål: Være ute av sengen 6 timer til sammen; Sitte oppe til måltider, gå 4 runder i korridoren. Spise måltidene på dagligstuen.**

Jeg har vært oppe til disse måltidene:

Frokost Middag Suppe Kveldsmat

Jeg har gått eller sittet i stol:

Skriv opp antall minutter her: ………

**Dag 1 etter operasjon:**

Jeg har spist:

Frokost  Middag  Suppe Kveldsmat

Jeg har drukket: …………… Antall ml

**Mål: Drikke 2 næringsdrikker:**

Jeg har drukket antall næringsdrikker:

Ingen 1 stk 2 stk

Jeg har tygget tyggis Ja Nei

Jeg har hatt luftavgang Ja Nei

Jeg har hatt avføring Ja Nei

**Mål: Være ute av sengen 6 timer til sammen; Sitte oppe til måltider, gå 4 runder i korridoren. Spise måltidene på dagligstuen.**

Jeg har vært oppe til disse måltidene:

Frokost Middag  SuppeKveldsmat

Jeg har gått eller sittet i stol:

Skriv opp antall minutter her: …………