



TILL DIG SOM SKA OPERERAS

Alkohol inför operation



Svenska
Läkaresällskapet



1

Till dig som ska opereras

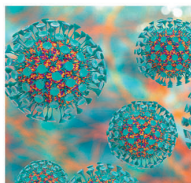
Det är viktigt att du är så väl förberedd som möjligt inför din operation. Därför kan det finnas anledning att du ser över dina levnadsvanor. Bland annat är alkoholvanor en faktor som kan påverka komplikationsriskerna vid operation. Många upplever inte själva att de dricker för mycket. Man ser inte alkoholen som ett hälsoproblem men kroppen påverkas även vid mindre alkoholintag. Här är fakta om hur kroppen påverkas och vad du själv kan göra för att minska riskerna. Det finns god hjälp att få.

2a

Hur påverkas kroppen av alkohol?



Påverkad
koagulationsförmåga



Nedsatt
immunförsvär



Blodtrycksstregning
Arytmi/hjärtsvikt



Stressreaktion
Kortisol/adrenalin

2b

Vilken alkoholkonsumtion kan vara skadlig inför operation?

Ingen alkoholkonsumtion är säker. Den forskning som finns visar på ökande risker vid högre konsumtion, testa hur mycket du dricker mot vad som kallas riskbruk:

- ➔ Kvinnor som dricker mer än 9 standardglas/vecka
- ➔ Män som dricker mer än 14 standardglas/vecka

Ett standardglas är t.ex. ett glas vin 12 cl, se nästa sida.

3

Rekommenderad åtgärd för att minska komplikationsrisken vid operation

Den som har ett riskbruk har tydligt ökade risker för lungkomplikationer, generella infektioner, sårkomplikationer, förlängd sjukhusvistelse, behov av intensivvård. En helt alkoholfri period på minst fyra veckor före operation kan till stor del normalisera komplikationsriskerna.

4

Frågor och svar

Fråga: Om jag har ett riskbruk, kan jag då inte bara minska förbrukningen de sista veckorna innan operation?

Svar: Du bör vara helt alkoholfri minst fyra veckor innan operation. Det är det som ger bästa möjliga resultat.

Fråga: Om det är mindre än fyra veckor kvar till operation, lönar det då sig att göra ett alkoholstopp?

Svar: Ja! Man bedömer att även två veckors uppehåll har effekt för att minska komplikationsriskerna.

5

Inventera din alkoholkonsumtion

Tänk efter och skriv hur mycket av respektive alkoholtyp du intog igår, och dag för dag bakåt i en vecka. Om senaste veckan inte är typisk, välj en vecka som är representativ för dina vanor.



2 flaskor
lättöl á 33 cl



45 cl
folköl



33 cl
starköl



eller 12 cl
vin



eller 4 cl
sprit

*// Genom ett totalstopp
av alkohol inför planerade
operationer kan risken för
komplikationer påtagligt minskas.
Det gäller lungkomplikationer,
generella infektioner, sårinfektioner,
intensivvård, förlängd sjukhusvistelse
och död i samband med ingreppet.*

	Lättöl 2 flaskor = 1 glas	Folköl antal 45 cl	Starköl antal 33 cl	Vin antal 12 cl	Starksprit antal 4 cl	Summa per rad/dag
Igår						
Förrgår						
3 dagar sen						
4 dagar sen						
5 dagar sen						
6 dagar sen						
7 dagar sen						
	Addera varje rad till höger kolumn och addera sedan kolumnen					

Om summan är mer än 9 för kvinnor och 14 för män, så innebär detta en tydlig ökad risk för komplikationer vid kirurgi. Även lägre konsumtion kan innebära ökad risk, därför rekommenderas alla att vara alkoholfria fyra veckor före operationen.

Hjälp och stöd

Det finns olika slags hjälp och stöd. Här följer några exempel på var:

- Via din hälsocentral.
- På alkohollinjen.se erbjuds hjälp inför operation.
Eller ring direkt 020-84 44 88
- På Sjukvårdsrådgivningens hemsida 1177.se Sök på "Tobak och alkohol"

Egna anteckningar

Svenska Läkaresällskapet är läkarkårens oberoende, vetenskapliga professionsorganisation, en ideell, partipolitiskt och fackligt obunden förening. Vårt syfte är att verka för förbättrad hälsa och sjukvård genom att främja vetenskap, utbildning, etik och kvalitet. Läs mer www.sls.se