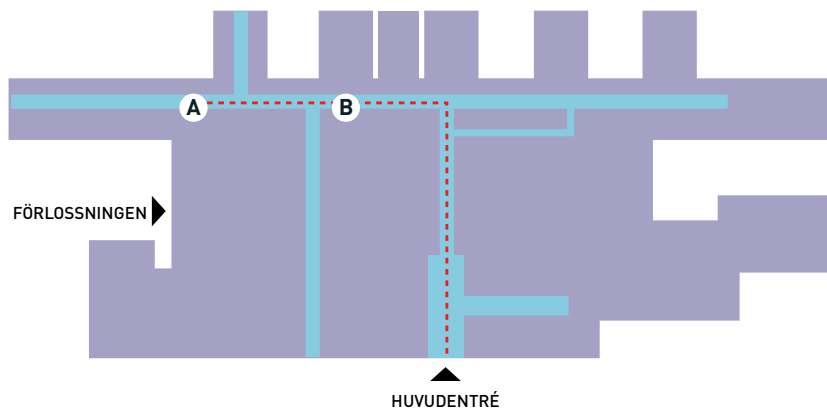


SFINKTERSKADA

PATIENTINFORMATION EFTER SKADA
PÅ ÄNDTARMENS SLUTMUSKEL



För att komma till specialistmödravården gå till entren för special-
listmödravården och förlossningsavdelningen



SÖS
SÖDERSJUKHUSET

SJUKHUSBACKEN 10, 118 83 STOCKHOLM, TEL 08-616 10 00
SL-BUSS 3, 4, 74, 164 PENDELTÅG STOCKHOLM SÖDRA
WWW.SODERSJUKHUSET.SE

Producerad: Februari 2009 Fotogruppen SÖS

SÖS
SÖDERSJUKHUSET

VERKSAMHETSOMRÅDE
KVINNOSJUKVÅRD

Sfinkterskada

De flesta kvinnor får en bristning vid förlossningen. Mellan tre och fyra procent får en bristning i mellangården som också omfattar ändtarmens slutmuskel, en så kallad sfinkterruptur. Det är vanligast hos förstföderskor.

En sfinkterruptur kan göra det svårt att hålla gaser och avföring. Trots att du försöker ”knipa” kan det hända att du ofrivilligt läcker. Det är ganska vanligt första tiden efter förlossningen, även om man inte har fått en skada. Ibland tar det upp till sex månader innan man blir helt återställd. Efter den skada som du har fått är risken större att det tar längre tid för symptomen att läka ut, men också att de inte försvinner helt. För att ge dig de bästa förutsättningarna vill vi ge dig några råd som är viktiga att du följer under de fyra första veckorna efter förlossningen

Smärta

Ofta har man ordentligt ont i området. Därför rekommenderar vi att du regelbundet tar de smärtstillande tabletter som du får på BB. De första dagarna sker oftast en relativt snabb förbättring, men smärtan kan för en del vara besvärande i flera veckor.

Hygien

Vi rekommenderar att du använder handdusch efter de toalettbesök när du har haft avföring. Duscha av mellangården en kort stund, men undvik att duscha överdrivet långa stunder. Du kan använda tvål, men den kan torka ut. Därför är det bättre att bara använda vatten. Du kan också använda barnolja eller liknande, men ofta ömmar området kraftigt.

Tarmfunktionen

På grund av smärtan i området och det obehag du kan känna i samband med toalettbesök kan det hända att du blir förstoppad första tiden efter skadan. Det är viktigt att motverka förstoppning eftersom det gör mindre ont att gå på toaletten om avföringen är mjuk. Bulkmedel som Laktulos eller Inolaxol och rikligt med dryck gör att avföringen blir mjukare och tarmen

lättare att tömma. Ett annat sätt att motverka förstoppning är att ta tabletter som gör att tarmen arbetar snabbare och inte hinner ta upp så mycket vätska från tarminnhållet, vilket också gör avföringen mjukare.

På BB får du flytande laxermedel i form av Laktulos/Duphalac. När du har kommit hem bör du fortsätta med bulkmedel i pulverform, förslagsvis Inolaxol som är mindre gasbildande, under minst en månad. Det är bra om du har haft avföring en gång innan du går hem från BB.

Innan hemgång blir du undersökt av en läkare som i första hand tittar på sårområdet i mellangården.

Knipövningar

Det är bra om du börjar med knipövningar av bäckenbotten och ändtarmsmuskeln så snart de värsta smärtorna lagt sig. I broschyren ”Till er” hittar du lämpliga övningar. Efter en sfinkterruptur är det ofta svårt att hålla gaser under de första månaderna efter förlossningen, däremot ska du kunna hålla avföringen. Om du har smärtor från bristningen, svårigheter att hålla avföring eller andra besvär från bristningen under de närmaste månaderna efter förlossningen bör du boka en tid hos Specialistmödravården Södersjukhuset, telefon 616 26 20, telefonid måndag-fredag, kl 08.15-09.15.

Du som haft en total sfinkterruptur kommer att erbjudas tid hos specialistutbildad sjukgymnast cirka 2 månader efter förlossningen, du kommer även att bli kallad för kontroll hos specialistläkare 5-6 månader efter förlossningen.

Om du behöver ytterligare undersökningar och behandlingar finns ett Bäckenbottencentrum med specialister på området och specialistutbildad sjukgymnast hos oss på Södersjukhuset.