När du blir opererad är det många faktorer som påverkar resultatet. Genom att sluta röka och dricka alkohol en tid före och en tid efter din operation kan du halvera riskerna för att drabbas av komplikationer.

Region Gotland
Besöksadress Visborgsallén 19
Postadress 621 81 Visby
Tel 0498-26 90 00 vxl

Region Gotland



Rökstopp och alkoholuppehåll i samband med operation

Information till dig som ska opereras eller nyligen genomgått en operation.

Region Gotland

Rökning

Risken för komplikationer under och efter en operation är högre hos personer som röker. Vanliga komplikationer är sämre sårläkning och infektioner. Rökare drabbas oftare av problem i hjärta, lungor och blodkärl i samband med operation.

Du som röker kan minska risken för komplikationer genom att avstå från att röka minst fyra veckor före och fyra veckor efter din operation. Om du opereras akut, eller inte har kunnat sluta röka inför operationen så minskar du fortfarande risken för komplikationer genom att avstå från att röka fyra veckor efter din operation.

Kan operationen bli inställd? *Ja, innan din planerade operation görs en medicinsk bedömning av din läkare och för dig som inte slutat röka kan det innebära att operationen skjuts upp med hänsyn till komplikationerna ovan.*

Du kan få stöd att sluta röka

Du som röker kan få hjälp att uppnå rökstopp före och efter din operation. Du kan få behandling med samtalsstöd och läkemedel. Tänk på att söka hjälp i god tid före operationen och om du slutar helt att röka är de långsiktiga hälsovinsterna stora.

Prata med ansvarig läkare eller sjuksköterska om hur rökning kan påverka din operation.

Hit kan du vända dig:

- Kontakta din vårdcentral för stöd
- **1177.se/Gotland/liv--halsa/tobak-och-alkohol**
- Sluta-röka-linjen ger kostnadsfri rådgivning även på flera olika språk. Ring **020-84 00 00** eller gå in på **slutarokalinjen.se**
- På apoteken kan du få hjälp med att välja Nikotinläkemedel

Alkohol

Alkohol kan försämra ditt operationsresultat, du kan minska risken för komplikationer genom att ha alkoholuppehåll fyra veckor före och fyra veckor efter din operation.

Risken för komplikationer under och efter en operation är högre hos personer som dricker alkohol. Bland annat ökar risken för akuta blödningar, försämrad sårläkning, infektioner och hjärt- och lungpåverkan.

Eftersom gränsen för hur stor mängd som är skadlig inte är klarlagd än, är rådet att ha alkoholuppehåll fyra veckor före och fyra veckor efter din operation.

Du kan få stöd att avstå alkohol

Det finns effektiva metoder för att hjälpa dig om du behöver stöd för att avstå alkohol inför och efter din operation.

Prata med ansvarig läkare eller sjuksköterska om hur alkohol kan påverka din operation.

Hit kan du vända dig:

- Kontakta din vårdcentral för stöd
- **1177.se/Gotland/liv--halsa/tobak-och-alkohol**
- Alkoholhjälpen ger kostnadsfri rådgivning och erbjuder stöd till dig som vill förändra dina alkoholvanor inför operation, ring **020-84 44 48** eller gå in på **alkoholhjalpen.se**