

Denne handleguide er et redskab til dig, der har fået foretaget **PAO** på Aarhus Universitetshospital. Du kan anvende guiden, hvis du er i tvivl om, hvordan du skal observere, reagere og handle på eventuelle afvigelse. Handleguiden beskriver typiske reaktioner og symptomer efter PAO operation, og er delt op i GRØN, GUL og RØD zone.

GRØN farve beskriver en almindelig tilstand efter operation. GUL farve beskriver, hvordan du skal handle, hvis dine symptomer bevæger sig væk fra den grønne zone. RØD farve beskriver, hvem du skal kontakte for at få hjælp.

Handleguiden er således tænkt, som et støtteredskab for dig, som har fået foretaget PAO.

HANDLEGUIDE	GRØN	GUL	RØD
<b>De første uger efter PAO operation</b>	<b>Alt er normalt, hvis:</b>	<b>Kontakt Hoftesektoren. Hverdage kl. 8-9:30 Tlf.: 5144 9013 Øvrige tidspunkter: tlf.: 7845 4148 hvis:</b>	<b>Du skal vurderes af en læge hvis:</b>
<b>Smerter</b>	Du har få smerter i hvile og moderate smerter i aktivitet. Det hjælper, når du tager smertestillende medicin efter den plan, som er udleveret.	Du har mange smerter i hoften, som ikke aftager, når du tager smertestillende medicin, hviler dig, anvender is til afkøling eller bevæger dig mindre.	Du er faldet og har stærke smerter fra hoften og kan ikke støtte på benet. <b>Kontakt egen læge eller vagtlægen.</b>
<b>Hævelse</b>	Der er hævelse og eller blå mærker i et større eller mindre område omkring arret.	Du har stærke smerter i underbenet, som er hævet, rødt og varmt. Det hjælper ikke at tage smertestillende medicin eller ligge med benet hævet.	Du har uudholdelige smerter i underbenet. Det er hævet, ømt, varmt og rødt. <b>Kontakt egen læge eller vagtlægen.</b>
<b>Såret</b>	Op til 75% af plastret er fyldt med blod/ væske eller plastret har løsnet sig. Du skifter plastret efter den anvisning du har fået ved udskrivelsen. Gentager hændelser sig, se i gult område.	Det væsker så meget fra såret, at du må skifte plaster flere gange dagligt.	Plastret er fyldt med sårveske. Såret gaber og det væsker og bløder. <b>Kontakt Hoftesektoren. Hverdage kl. 8-9:30: Tlf.: 5144 9013 Øvrige tidspunkter: tlf.: 7845 4148</b>
<b>Feber</b>	Din hofte føles varm, du føler du har feber, men du har ikke temperaturforhøjelse.	Du har feber, føler dig træt og sløj. Din hofte er rød og hævet, specielt omkring arret.	Du har høj feber og kulderystelser. Det væsker fra såret, hoften er øm og spændt. <b>Kontakt Hoftesektoren. Hverdage kl. 8-9:30 Øvrige tidspunkter: Kontakt vagtlægen.</b>
<b>Forstoppelse</b>	Du har gang i maven, men ikke helt så ofte som du plejer. Du tager afføringsmiddel efter den plan, som er udleveret ved udskrivelsen.	Selvom du tager afføringsmiddel, har du ikke haft afføring i flere dage. Du føler dig utilpas og oplever evt. kvalme og nedsat appetit.	Du har slet ikke gang i maven, har stærke mavesmerter, oppustet mave, kvalme/ opkastning og eller blod i afføringen. <b>Kontakt Hoftesektoren. Hverdage kl. 8-9:30: Tlf.: 5144 9013 Øvrige tidspunkter: Kontakt egen læge eller vagtlægen</b>
<b>Følesans og smerter ved berøring</b>	Følesansen er ændret/ nedsat på ydersiden af låret.	Du har sovende fornemmelse i underbenet og eller fod og føler nedsat kraft.	Du har tiltagende/ ophævet følesans i underbenet og eller fod. Du kan ikke gå på benet, kan ikke komme på toilettet eller ind og ud af seng ved egen hjælp.
<b>Uro i benet</b>	Du har uro i benet og dit ben føles tungt. Dette kan afhjælpes ved at gå rundt eller tage smertestillende medicin.	Du kan gå omkring ved egen hjælp.	<b>Kontakt Hoftesektoren. Hverdage kl. 8-9:30 Tlf.: 5144 9013 Øvrige tidspunkter: Kontakt vagtlægen.</b>
<b>Klik/ jag fra hoften</b>	Du bemærker indimellem kliklyd/ jag fra opereret hofte.		

<b>Træthed</b>	Du er træt og har et større søvnbehov end du plejer.	Du sover meget om dagen og har ingen kræfter. Du er svimmel og har kvalme og føler dig generelt utilpas.	Du har besvimelser, hallucinationer eller falder ofte i søvn. <b>Kontakt egen læge eller vagtlægen.</b>
<b>Appetit</b>	Du har mindre appetit end du plejer og du spiser små måltider. Du er opmærksom på at få ekstra protein.	Du får ikke din medicin pga. kvalme eller opkast.	Du har blod i opkastningen og kan ikke holde mad i dig. <b>Kontakt akut egen læge eller vagtlægen.</b>
<b>Er faldet eller kan ikke støtte på benet</b>	Du har ingen gener, når du går omkring.	Du har moderate smerter i opereret hofte og går omkring, men smerterne aftager ikke i løbet af 1 - 2 dage.	Du kan ikke støtte på benet. <b>Kontakt egen læge, vagtlægen eller ring 112.</b>
<b>Træning</b>	Der er ømhed af musklerne, når du laver øvelser og måske kan du ikke lave alle fuldt ud efter anvisningen de første dage efter udskrivelsen.	<b>Ring til fysioterapien.</b> <b>Hverdage kl. 8-14</b> <b>tlf.: 7846 7350</b> Du får tiltagende ondt, når du laver øvelser, og smerterne forsvinder ikke helt igen i løbet af nogle timer.	

Hoftesektoren, oktober 2020, revideret april 2023, revideret oktober 2023.