

NORDISKT  CENTRUM
— EN DEL AV ALERIS —

PATIENTINFORMATION

TILL DIG SOM SKA ÖVERVIKTSOPERERAS



Nordiskt Centrum för Kirurgi – en del av Aleris
Besöksadress: Klostergatan 68, 582 23 Linköping
Tel: +46 (0)8-219020 alt 020-240300
Hemsida: www.nordisktcentrum.se
Facebook: [nordisktcentrumkirurgi](https://www.facebook.com/nordisktcentrumkirurgi)

DETTA SKA GÖRAS INNAN OPERATIONEN

Blodprover och vikt

Ta dina blodprover så snart som möjligt. Skriv ut den labremiss som du har fått av oss och medtag denna till valfritt provtagningsställe. Svaret kommer att skickas direkt till oss. Vi hör av oss om något avvikande noteras. Blodproverna tas fastande (ingen frukost och ingen dryck förutom vatten) före kl 10:00.

Om möjligt, tag även aktuell vikt där du tar dina blodprover och meddela oss denna.

Apotek och andra inköp

- » Om du redan har haft ditt planeringssamtal med kirurgen bör du även ha fått e-recept på läkemedel (Innohep®/Fragmin®, Esomeprazol® och Ondansetron®). Du får alltid ett SMS av oss när recepten är utskrivna. Hämta ut dessa på valfritt apotek. *Obs: inga av läkemedlen skall tas innan operationen.*
- » Köp också Descutan® tvättsvampar samt stödstrumpor. Dessa kommer inte på recept.
- » Beställ gärna ditt vitamin- och mineraltillskott redan nu (se vidare under "Kosttillskott").

Lågkalorikost

Två veckor före operation ska kaloriintaget minskas till 800 kcal per dag. Vanlig mat går bra, men undvik snabba kolhydrater såsom socker, ris, pasta, potatis, bröd och godis. Tips finns på hemsidan under [Kost & Råd](#). Det går även bra med kostersättningar såsom Modifast, Allevo eller Naturdiet.

RESA OCH BOENDE

Du skall inte själv köra bil de närmsta dagarna efter operationen, eftersom du kan vara trött under den initiala läkningsfasen. Planera därför resan med hämtning eller andra färdmedel.

Du kommer att övernatta som inläggande på kliniken natten efter operationen. Bor du i närheten kan du få åka hem dagen efter. Mer långväga patienter bor kvar i ytterligare en natt på hotell Ekoxen. För privatbetalande patienter sköter vi detta.

Har du kommit till oss på regionremiss så kommer din hemregion att ersätta dina resekostnader och eventuell hotellvistelse. Har du som patient frågor kring sjukresa eller boende kontaktar du din hemregion för hjälp med detta.

Fasta

Fasta från och med midnatt mot operationsdagen. Ingen mat eller dryck. Om du har läkemedel som du måste ta på operationsdagens morgon tar du dessa med ett halvt till ett glas vatten. Det går bra att borsta tänderna och skölja munnen, om du inte sväljer.

Preoperativa förberedelser

- » Duscha med Descutan® kvällen innan operation samt på operationsdagens morgon. Glöm inte att rengöra naveln. Håret kan tvättas med vanligt schampo. Använd ingen hudkräm efter duschen.
- » Avlägsna eventuella piercings och smycken samt smink och nagellack. Gel-/akrylnaglar är tillåtna.
- » För män är det viktigt att raka bort skägget runt munnen.

Packning

- » Egna hygienartiklar.
- » Gärna egna inneskor.
- » Ett ombyte, mjuka sköna kläder.
- » Medicinerna som du hämtat ut på apoteket, stödstrumporna samt ev ordinarie läkemedel.
- » Ta även med dig något att sysselsätta dig med, då det kan bli en del väntetid.
- » Lämna smycken och värdesaker hemma.
- » Har du mycket långt att resa kan en tom termos vara bra, så att du kan göra buljong till hemresan.

CHECKLISTA

- ☐ Blodprover och invägning
- ☐ Max 800 kcal/dag 2 veckor innan
- ☐ Totalt rökstopp 1 månad innan
- ☐ Inga hälsokostpreparat 1 månad innan
- ☐ Inga p-piller med östrogen 1 månad innan (eventuell spiral/hormonspiral är tillåten).
- ☐ Planera resa/skjuts

Köp på apoteket:

- ☐ Fragmin® / Innohep® 10 st, Esomeprazol® samt Ondansetron® (e-recept finns)
- ☐ Stödstrumpor (receptfria)
- ☐ 2 st Descutan® tvättsvampar (receptfria)

OPERATIONSDAGEN OCH KLINIKVISTELSEN

Hitta till oss

Adressen är Klostergatan 68, 582 23 Linköping. Ingång är via Hotell Ekoxens huvudentré. Tag hissen bakom receptionen till plan 3. Din exakta ankomsttid kommer att meddelas vid samtalet med opererande kirurg.

Inskrivning och förberedelser

- » När du kommer till oss på operationsdagen får du byta om till sjukhuskläder. Även stödstrumporna skall vara på.
- » Du kommer att få låsa in dina tillhörigheter i ett skåp, nyckeln behåller du själv.
- » Du får träffa narkosläkare och kirurgen som skall operera dig.
- » En narkossköterska kommer att förbereda dig för operation. Du kommer att få dropp, antibiotika, smärtstillande och lugnande tabletter.

Efter operationen

Dygnet efter din operation kommer du att vara inneliggande hos oss på kliniken.

- » Du kommer att få blåsa i en "PEP" (Positive Expiratory Pressure) en gång i timmen, så att lungor och blodcirkulation kommer igång.
- » Det är viktigt att komma upp och röra på sig så fort man orkar efter operationen. Detta för att minska risken för blodpropp och få igång tarmrörelserna. Det är även smärtstillande att röra på sig.
- » Personalen kommer att visa hur du ska ta din blodförtunnande spruta.
- » Du kommer att övernatta hos oss på kliniken, i en delad sal.



Morgonen efter operationen

- » Morgonen efter operationen blir du väckt kl 06:00 för provtagning och kontroller.
- » Du kan byta om till egna kläder.
- » Från ca 07:00 serveras frukost (kaffe, te, nyponsoppa, fil och yoghurt) i dagrummet.

Utskrivning

Utskrivningssamtalen med kirurgen sker mellan 08:00 och 11:00 dagen efter operationen. Du kommer att få med dig:

- » Boken *Ett liv med sleeve eller gastric bypass*.
- » Kirurgtejp som kan användas till att förstärka dina förband med (läs mer om förband på nästa sida).
- » Smärtlindrande mediciner (Alvedon®, Oxynorm®).
- » Buljongtärningar.
- » Sjukintyg, blodprovsremiss och epikris (sammanfattning av vad som gjorts).

För dig som bor på hotell andra natten

Om du har långt att resa kommer du efter utskrivningssamtalet att checka in på hotell Ekoxen och stanna ytterligare en natt.

- » När du checkar in på hotellet kan du be om att få en yoghurt med dig upp på rummet.
- » På rummet finns också vattenkokare och te.
- » Mellan 17:00 och 21:00 serveras en slät soppa i hotellets matsal.
- » Dagen efter kan du checka ut från hotellet och resa hem under förmiddagen. Det behövs ingen ytterligare kontakt med kliniken denna dag, förutsatt att du mår bra.



NÄR DU KOMMIT HEM IGEN

Uppföljning

En koordinator ringer dig 2-5 dagar efter operationen för att höra hur du mår. Fyra veckor efter operationen tas nya blodprover. Använd den bifogade remiss som ligger i den mapp du fått med dig efter operationen.

Boka en provtagningstid redan samma dag som du kommit hem efter operationen.

Sår och förband

Dina operationssår är sydda med en tråd som försvinner av sig själv. Förbanden ska sitta i 10-14 dagar och det går bra att duscha med dem, däremot ska du inte bada eller bada bastu. Om plastfilmen på de yttre förbanden börjar lossna, så förstärk med kirurgtejp. Om det kommer in vatten under förbanden så ta bort dem, men låt den lilla tejpens närmast huden sitta kvar i 10-14 dagar och täck med kirurgtejp.

När du tagit bort förbanden låter du huden lufta, t.ex. under natten. Därefter tejpar du med kirurgtejp som du har fått med dig. Byt tejp och lufta en dag i veckan. Tejpa i minst tre månader. Skydda ärren från solen.

Mediciner och stödstrumpor

- » Ta Innohep® / Fragmin® i 10 dagar efter operationen. Första sprutan ges på kliniken och du får då också instruktioner om hur du själv ger den hemma.
- » Ta Esomeprazol® i tre månader efter din operation, oavsett om du har besvär eller inte. Ta en tablett morgon och kväll första månaden, därefter en tablett om dagen i ytterligare två månader.
- » Om du har ont eller känner obehag tar du paracetamol (Alvedon® eller Panodil®). Vid smärtor upp mot axlarna kan tillägg av Iprex® 400 mg ha god effekt. Följ alltid rekommenderad dosering på förpackningen. Oxynorm® 5 mg (morfinpreparat) kan vid behov tas vid svårare smärtor.
- » Använd stödstrumporna dagtid i 10 dagar.

Motion

Det är viktigt att börja röra på sig så fort som möjligt, så att kroppen kommer igång efter operationen. Promenera varje dag, så mycket du orkar. När du känner dig redo så kan du öka träningen med powerwalk, jogging eller cykling. Du kan även simma när såren är läkta. Du bör vänta med tunga lyft i en månad. *Bra träningstips finns i boken Ett liv med sleeve eller gastric bypass.*

Sjukskrivning

Normalt gäller två veckors sjukskrivning. Blir den längre än så behöver du själv skicka sjukintyget till Försäkringskassan. Sjukskrivningsorsaken är sekretessbelagd och om du inte vill avslöja denna för arbetsgivaren har du rätt att maskera den på intyget.

Vitaminer och mineraler

Andra veckan efter operationen börjar du med ditt multivitamin- och mineraltillskott. Läs mer om detta under avsnittet "Kosttillskott" på sidan 7.

Om du får feber eller akut buksmärt

Lätt förhöjd kroppstemperatur, upp mot 38 grader, kan förekomma dag två efter operationen på grund av läkningsprocessen. Om detta fortsätter därefter, eller om du får högre temp än så, skall du kontakta oss, 1177 eller närmaste akutmottagning.

Vid akut buksmärt, kontakta 1177 eller åk till närmaste akutmottagning.

Förstoppning

Första dagarna efter operationen har man oftast ingen avföring, beroende på att tarmen är tom efter lågkalorikost och fasta. Därefter finns risk för förstoppning om man får i sig för lite vätska.

- » Drick ordentligt med vätska och rör på dig.
- » Katrinplomondryck eller linfröolja (1-3 tsk/dag).
- » Dulcolax® kan tas vid tillfällig förstoppning, Movicol® eller OXYtarm® kan tas dagligen.
- » Kontakta oss ifall bevären består.

CHECKLISTA

- ☐ Innohep® / Fragmin® i 10 dagar
- ☐ Stödstrumpor i 10 dagar
- ☐ Esomeprazol® i 3 månader
- ☐ Flytande kost första veckan, sedan lättuggad kost i 3 veckor (se kostråd)
- ☐ Dagliga promenader
- ☐ Ta bort förbanden efter 10-14 dagar
- ☐ Fortsätt att tejpa ärren i minst 3 månader
- ☐ Börja med FitForMe® inom 1-2 veckor
- ☐ Nya blodprover efter 4 veckor

KOSTRÅD FÖR FÖRSTA MÅNADEN EFTER OPERATIONEN

Efter operationen behöver din magsäck få läka i lugn och ro. Därför ska du första tiden äta milda livsmedel. Första veckan gäller flytande kost, sedan övergår du gradvis till mer konsistens i maten under tre veckor. Efter en månad kan du börja fasa in vanlig kost igen. Tänk på att antalet veckor i de olika faserna bara är riktlinjer. Du kan behöva lite längre tid innan du börjar öka konsistensen på maten eller övergår till fast föda.

Vecka 1: Den flytande perioden

Första veckan ska du bara äta flytande kost. Konsistensen ska vara sådan att maten lätt går att få i sig via ett sugrör. Ät inget som innehåller bitar eller frön, eftersom magen behöver återhämta sig efter operationen. Ät långsamt, gärna med tesked för att undvika att du får i dig för mycket och för snabbt. Ät inte mer än två deciliter per portion. I början kan det vara svårt att få i sig denna mängd, eftersom magsäcken fortfarande är svullen efter operationen. Använd gärna ett decilitermått i början, så att du vet hur mycket du får i dig.

Den första tiden kan du behöva äta fler än sex måltider per dag för att få i dig vad du behöver. Lyssna på kroppen och ta det i din egen takt.

Börja separera mat och dryck direkt efter operationen (läs mer om detta under avsnittet "Vätska").

Fler tips finns i boken *Ett liv med sleeve eller gastric bypass* under avsnittet *Den flytande perioden*.

VIKTIGAST ATT TÄNKA PÅ

- » Ät lite och ofta, helst 6 måltider per dag.
- » Ät aldrig mer än 2 deciliter per måltid.
- » Ät långsamt och tugga maten väl.
- » Sluta äta när du känner dig mätt.
- » Drick tillräckligt. Separera mat och dryck.
- » Alla är olika! Lyssna på kroppens signaler och prova dig fram.

Vecka 2-4: Den lättuggade perioden

Nu kan du börja äta mat som är mjuk och kan mosas till mos/puré. Målet är att över ca tre veckor långsamt vänja magen vid vanligt mat igen. Ta det steg för steg och lägg till ett livsmedel i taget för att se hur kroppen reagerar. Under denna period börjar du också ta dina vitaminer och mineraler.

Fler tips finns i boken *Ett liv med sleeve eller gastric bypass* under avsnittet *Den lättuggade perioden*.

Vecka 5: Övergång till vanlig kost

Nu kan du gradvis börja övergå till vanlig kost igen. Ta det långsamt och börja med lättsmält mat som exempelvis kyckling, pannbiff och fisk. Ät mest av proteinet och fortsätt att separera mat och dryck. På nästa sida kan du läsa mer om kostråd för resten av livet.

	Ät / drick gärna	Undvik
Vecka 1 Flytande kost	» Soppor (Keldasoppor eller egna slätmixade, riv gärna lite parmesan eller mozzarella över för extra protein) » Filmjolk, yoghurt, drickkvarg » Smoothies utan frön och bitar » Juice » Buljong » Näringsdrycker från apoteket	» Frön och bitar » Syrliga livsmedel (t ex apelsinjuice, citronvattnen, vinäger, tomatsoppa) » Blåbär (förstoppande) » Alltför feta/gräddiga livsmedel » Starka kryddor som chili, cayenne och vitlök » Alkohol » Kolsyra
Vecka 2-4 Lättuggad kost	» Fiskfilé, tonfisk i vatten, fiskbullar » Ägg, omelett » Köttfärs eller lammfärs » Kokt potatis, kokta grönsaker, rotmos » Havregrynsgröt » Keso, kvarg, skyr » Banan, päron, avokado, bär » Knäckebröd utan frön	» Trådig och svårsmält mat, exempelvis sparris, ananas, rabarber, nötter, svamp och räkor » Degiga livsmedel som mjukt bröd och pasta » Stekt mat (ugnsbakad eller kokt går bra) » Ris och andra gryn/frön som couscous, quinoa och bulgur » Fortfarande allt som är alltför surt/starkt/fett

KOSTRÅD FÖR LIVET: ÄTBETEENDE OCH PLANERING

De huvudsakliga kostråden på förra sidan gäller inte bara första månaden utan livet ut. Ät lite, ät långsamt, ät ofta och regelbundet, sluta när du känner dig mätt. Ät mest av proteinkällorna. Drink tillräckligt.

Ät ofta och regelbundet

För att få i dig den näring du behöver bör du äta 5-6 måltider per dag. Frukost, lunch, middag och 2-3 mellanmål. Ät gärna var tredje timme. Hoppa inte över mellanmålen, de är viktiga för att du ska få i dig den näring du behöver.

Ät lite och sluta när du känner dig mätt

Till huvudmålen är 1,5-2 dl en bra portionsstorlek. Mellanmålen kan vara 1-1,5 dl och får gärna vara flytande.

Ett bra knep är att lägga upp maten på en liten asiett eller i en mindre skål, för att hålla koll på portionsstorleken. Någon gång ibland kan det vara bra att mäta upp din mat, så att du ser att mängden fortfarande stämmer med rekommendationerna.

Sluta alltid äta när du känner dig mätt, pressa aldrig i dig mat för att komma upp i en viss mängd. Får du inte i dig den rekommenderade mängden så lägg till ett extra mellanmål istället.

Tugga länge och ät långsamt

Efter en överviktsoperation är din magsäck inte lika duktig som innan på att bearbeta maten innan den går vidare till tarmen. Därför behöver du tugga maten väl innan du sväljer den. Skapa lugn och ro kring måltiderna och låt varje måltid ta 20-30 minuter.

Planera dina måltider

Det är viktigt att du planerar och har framförhållning, så att du får i dig den näring du behöver varje dag. Planera dina inköp med listor och förbered dina måltider, gärna med veckoscheman. Mellanmålen bör vara snabba att göra och enkla att ha med sig.

Några tips för att lyckas med en hälsosam kosthållning är att aldrig handla hungrig, att bestämma vad du ska äta innan du blir hungrig och att alltid omge dig med nyttig mat, både hemma och när du är på språng. Ha alltid ett hälsosamt mellanmål i väskan.

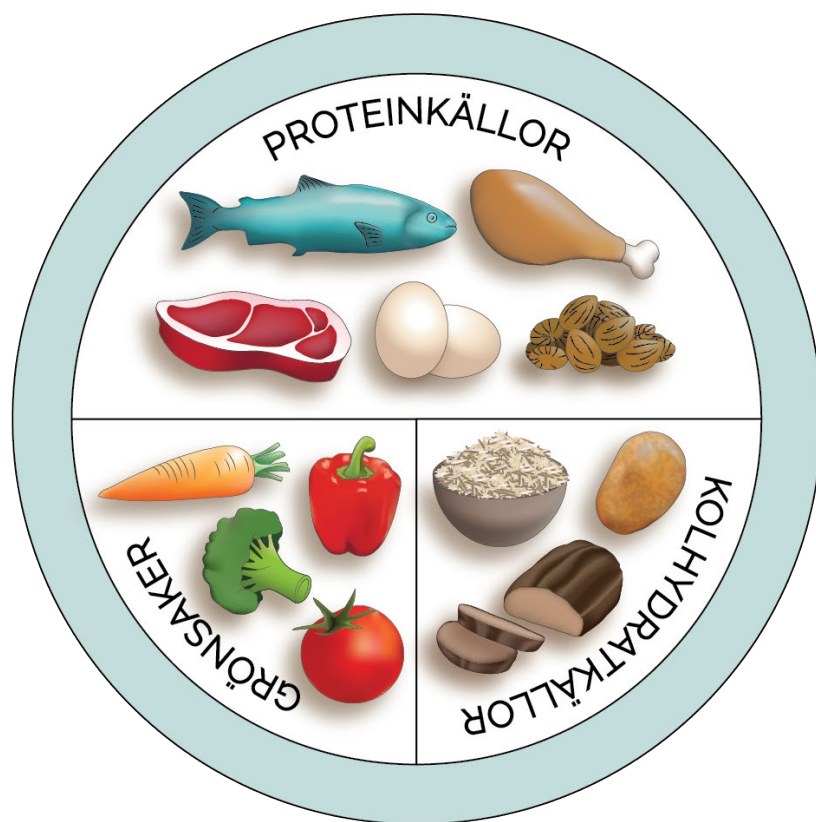
Bra tips och recept på hälsosamma måltider och mellanmål finns i boken *Ett liv med sleeve eller gastric bypass* under avsnittet Recept.

Tillgodose ditt näringsbehov

På nästa sida kan du läsa om hur du lägger upp en bra måltid för att få i dig den näring du behöver.



KOSTRÅD FÖR LIVET: LITE NÄRINGSLÄRA

**TALLRIKSMODELLEN**

Om du tänker enligt tallriksmodellen när du lägger upp dina måltider, så får du en bra balans mellan de näringsämnen du behöver.

Du har säkert hört talas om tallriksmodellen tidigare, men för dig som överviktsopererad ser den lite annorlunda ut än tidigare.

Fyll halva tallriken med en bra proteinkälla och en fjärdedel med kolhydrater (helst långsamma). Resten fyller du med grönsaker, som ger dig fibrer, vitaminer och mineraler.

Protein

Efter en överviktsoperation är det mycket viktigt att du äter tillräckligt med protein. När du går ned mycket i vikt kommer kroppen annars att vilja använda dina muskelproteiner som energikälla, vilket gör att muskelmassan minskar. Då minskar även ämnesomsättningen, vilket kan påverka din viktnedgång.

Som överviktsopererad behöver du få i dig 1-1,5 gram protein per kilo kroppsvikt. Exempelvis behöver en person på 80 kg få i sig ca 80-120 gram protein per dag. För att du ska kunna komma upp i rätt mängd varje dag behöver du ha med en proteinkälla i varje måltid.

Då och då är det bra att räkna ut hur mycket protein du får i dig under en dag, så att du vet att du får i dig tillräckligt. Använd gärna näringstabeller på nätet.

Bra proteinkällor är exempelvis fisk, skaldjur, kyckling, nö- eller lammfärs, ägg, quorn, kvar, keso, frön och nötter, sojaprodukter och baljväxter.

Bra växtbaserade proteinkällor för veganer: sojaböner, kikärter, solrosfrön, grönkål, mandlar, röda linser, böner, quinoa, broccoli och tofu.

Kolhydrater

Man brukar tala om kolhydrater som olika snabba. *Långsamma* kolhydrater, eller komplexa kolhydrater, är de som påverkar blodsockret långsamt medan *snabba* kolhydrater gör att blodsockret snabbt höjs och därmed svänger mer under dagen. Långsamma kolhydratkällor är exempelvis rotfrukter, fullkorn, frukt och grönsaker. Ät mest av dessa och så lite som möjligt av snabba kolhydrater (vitt bröd, söta drycker, godis, kakor etc).

Fett

Efter en överviktsoperation behöver du få i dig minst 20 gram fett om dagen, helst i form av enkel- och fleromättade fettsyror. Bra fettkällor är fet fisk (lax, makrill, sardiner), växtbaserade oljor, nötter, frön, avokado och oliver.

Ät mindre av de mättade fettsyrorna, som finns i feta mjölkprodukter, såser, ost, charkprodukter, kött, chips och kakor.

Fler tips finns i boken *Ett liv med sleeve eller gastric bypass* under avsnittet *Kost*.

VÄTSKA

Hur mycket vätska ska jag dricka?

Du bör dricka *minst* en liter vatten per dag, helst 1,5 liter per dag. Första tiden kan det vara svårt att få i sig denna mängd, eftersom magsäcken är svullen efter operationen. Illamående och smärtor kan också göra det svårt att få i sig vätska. Försök att dricka lite och ofta. Lyssna på kroppen och ta det i din takt.

Se till att du kissar ofta och att urinen är ljus, då har du druckit tillräckligt. Om urinen blir mörkgul till brun så har du druckit för lite.

Efter överviktsoperationen kan du bara dricka vatten i små klunkar och därför behöver du planera ditt vätskeintag lika noggrant som måltiderna. Drink regelbundet, drick under hela dagen och drick även om du inte känner dig törstig.

Ha alltid en vattenflaska med dig och mät gärna hur mycket du får i dig genom att bestämma en tidpunkt på dagen då du ska ha druckit upp vattnet i din flaska.

Separera mat och dryck

Efter din operation är din magsäck för liten för att den ska kunna ta hand om mat och vätska samtidigt. För att du ska få i dig den näring du behöver ska du därför låta magen vila från vätska en stund innan och en stund efter måltid. Helst ska det gå 30 minuter innan måltid och 30 minuter efter, där du inte dricker någon vätska alls.



Om vattnet inte smakar gott

Vissa kan tycka att vattnet får en sträv smak efter operationen. Man kan då prova att smaksätta vattnet med exempelvis bär, äpple eller gurka. Efter första månaden kan du även smaksätta med citron eller lime.

Om det känns obehagligt att dricka

Vissa överviktsopererade kan uppleva en krampkänsla i magen eller smärta i bröstet då de dricker kallt vatten. Det kan då hjälpa att dricka vattnet rumstempererat eller att dricka varm dryck, t ex te.

KOSTTILLSKOTT EFTER ÖVERVIKTSOPERATION

Efter en överviktsoperation ökar risken för brist av vissa vitaminer, mineraler och spårämnen. Därför behöver du ta kosttillskott livet ut efter din operation.

Vi rekommenderar i första hand **FitForMe®**, som är ett vitamin- och mineraltillskott som är särskilt framtaget för överviktsopererade patienter. Det innehåller allt du behöver i en produkt.

Du tar då en multivitamin-tablett per dag (**WLS Optimum®** eller **WLS Forte®** beroende på om du gjort en sleeve eller en gastric bypass), samt en tuggetablett med kalcium (**Calcium Soft Chew®**).

Beställ FitForMe här: <https://fitforme.com/sv-se/>.

För dig som *inte* önskar ta FitForMe® gäller behandling med följande tabletter som finns att köpa på apoteket:

1. **Mitt Val Kvinna**, 2 tabletter en gång dagligen
2. **Betolvex®** (vitamin B12) 1 mg, 1 tablett dagligen
3. **Folsyra®** 500 µg (0,5 mg), 2 tabletter en gång dagligen
4. **Calcitugg®** (kalcium) 1 g, 1 gång dagligen
5. **D-vitamin** 800 - 1000 IE = 20 - 25 µg 1 gång dagligen
6. **Duroferon®** 100 mg (järn), **endast för kvinnor**, 1 tablett två gånger dagligen i en vecka vid menstruation.

Vi skriver inte ut recept på dessa tillskott, de finns att köpa receptfritt på apoteket.



HAR DU FRÅGOR?

Vi på Nordiskt Centrum vet att frågorna kan vara många inför överviktskirurgi. Vi tar oss tid att lyssna och hjälpa dig i din resa, från första konsultation till eftervård. Du är alltid välkommen att höra av dig till oss. Alla frågor är viktiga.

Christofer Grimås, kirurgöverläkare
Anja Brech, operationskoordinator
Marie Rimhagen, operationskoordinator
Mariette Olausson, operationskoordinator

KONTAKTA OSS

Den säkraste och snabbaste vägen att nå oss är via vår digitala kommunikationsplattform, där du enkelt kan följa dina ärenden.

Ladda ner appen **Aleris – Vård i Mobilen** och välj mottagning "Specialistklinik Linköping". Du kan även nå plattformen via webbläsare med länken <https://se.visibacare.com/aleris/specialistklinik/specialistklinik-linkoping>

Du kan också ringa oss på telefonnummer 020-240300, du når du oss enklarest vardagar 08:00-12:00. Får du inte svar kan du alltid lämna ett röstmeddelande, så återkommer vi så snart vi har möjlighet. Det snabbaste sättet att komma i kontakt med rätt person är dock alltid via den digitala kommunikationsplattformen ovan.

Under din vårdtid på kliniken kan anhöriga ringa oss på telefonnummer 013-374700. Övrig tid är det 020-240300 som gäller.

OBS! Vid akut buksmärta eller andra akuta tillstånd skall du i första hand kontakta 1177 eller åka till närmaste akutmottagning.