

Rökstopp minskar operationsrisker

Men träning under graviditet ger inte färre komplikationer

Kortare rökstopp i samband med operation kan halvera komplikationsrisken.

Det är några fakta som presenteras under den pågående kongressen för gynekologer.

– Vi måste våga fråga våra patienter om rök- och alkoholvanor, säger gynekologen Katja Stenström-Bohlin vid Sahlgrenska Universitetssjukhuset.

VARBERG. Kongressen i Sparbankshallen inleddes med föredrag om hur livsstilsfaktorer påverkar hälsan.

Att rökning, fetma och alkohol ökar riskerna för komplikationer vid kirurgi, även gynekologisk sådan, är inget nytt. En rökare drabbas lättare av såväl sämre läkning och sårinfektioner som blödningar och lunginflammationer. Hos kvinnor ökar rökning även risken för utomkvedshavandeskap, infertilitet och livmoderhalscancer.

”Det är ett gyllene tillfälle att erbjuda rökavvänjning inför en operation.

Katja Stenström-Bohlin, läkare

Att även kortare rökstopp ger positiva effekter vid en operation är kanske inte lika känt.

I en studie bland ortopedpatienter som höll upp med tobak i 6-8 veckor fick 18 procent komplikationer. I jämförelsegruppen (de som fortsatte att röka) drabbades 52 procent. Även vid ännu kortare stopp på fyra veckor halverades komplikationerna.

– Det är ett gyllene tillfälle att erbjuda rökavvänjning inför en operation. Då är många motiverade, säger Katja Stenström-Bohlin.

Alkoholmissbruk ökar risken för blödningar och hjärt- och lungkomplikationer i samband med operationer.

– Det är svårt att identifiera någon som dricker för mycket. Det gäller att man faktiskt frågar, manar Katja Stenström-Bohlin.

För feta personer är det en fördel att gå ner i vikt inför operationen. Vid till exempel framfall är återfall vanligare om kvinnan är fet.

Även en måttlig viktminskning kan ge positiva effekter. Det visar bland annat studier på överviktiga kvinnor med diagnosen PCOS (cystor på äggstockarna i kombination med hormonrubbnings).

Fysisk träning verkar dock inte ha någon större inverkan. I alla fall inte för att undvika graviditetskomplikationer.

En norsk studie på normalviktiga kvinnor visar inte på



RISKER. "Våga fråga", manar gynekologen Katja Stenström-Bohlin som föreläste om risker med rökning, alkohol och fetma inför operationer. Bild: Daniel Molund

några positiva effekter vare sig det gäller minskat antal fall av graviditetsdiabetes, foglossning, havandeskapsförgiftning, kejsarsnitt eller kortare förlossningstid. En besvikelse, menar professor Kjell Salvesen vid Lunds universitet.

– Vi kunde bara se att kvinnor med foglossning mer sällan var sjukskrivna jäm-

fört med gruppen som inte tränade, säger han. Och att de som tränade sin bäckenbotten mer sällan drabbades av urinläckage.

Kongressen i gynekologi och obstetrik fortsätter hela veckan och avslutas på fredag.

MARIE HEBELIUS SVAHN
marie.hebelius.svahn@hn.se
010-471 52 66

! Mest läst på HN-webben vecka 35

Vatten, vatten, vatten. Översvämningarna och det kraftiga regnandet dominerade nyhetsflödet den gångna veckan. Däremellan letade sig också livebevakningen av FFF:s knappa förlust mot IFK Göteborg in.

1. **Klass 3-varning** för södra Halland
2. **Regnet** gav stora problem i länet
3. **Översvämning** efter åskoväder
4. **Vattnet hotar** vägar och hus
5. **Live: FFF-IFK Göteborg**
6. **Live:** Följ översvänningsläget
7. **Tuff kamp** mot allt vatten
8. **Hemtjänsten** fick ta båten
9. **Kraftverk nära** att översvämmas
10. **Skrea strand** via webbkamera

Grönkål hotas av älgar

HARPLINGE. Årets grönkåls-skörd är hotad. Och det är hungriga älgar som ligger bakom hotet.

Det menar i alla fall en grönkålsodlare i Harplinge som ansökt om skydds jakt på de glupska älgarna.

Enligt markägaren rör det sig om minst fyra stycken älgar som äter upp grönkålen, men även trampar ned den när de tar sig fram över åkrarna. Äter de tillräckligt mycket av kålen som jäser i deras magar, lägger de sig



GODSAK. Grönkålen gillas även av älgar. Bild: Johnny Samuelsson

ägaren som vill säkra årets

annan lösning än att ansöka