

# Rygning og alkohol i forbindelse med operation

Til patienter og pårørende

## Rygning og alkohol påvirker operationsresultatet.

Det er påvist, at personer, der ryger, har langt flere komplikationer end personer, der ikke ryger eller er stoppet med at ryge i god tid før en operation. Komplikationerne er meget forskellige, men hyppigst er der øget risiko for infektioner, helingsproblemer, hjerte-/lungeproblemer og brede ar.

Det er påvist, at personer, der drikker over 4 genstande om dagen, har langt flere komplikationer end personer, der drikker under Sundhedsstyrelsens genstandsgrænser. Komplikationerne er meget forskellige, men alkohol i større mængder giver flere infektioner, hjerte- og lungeproblemer samt øget risiko for blødning.

## Du kan forberede din krop til operationen.

### Rygning

Du skal tænke på, at rygning forringer dine chancer for et godt resultat.

Hvis du ryger, så skal du holde op i mindst 6 uger før operationen. Det er nemlig den tid, det tager for kroppen at normalisere hjerte-lungefunktionen, ligesom immunsystemet først er normalt efter 4 ugers rygeophør.

Mange stor-rygere får de første uger efter rygeophør problemer med slim i lungerne, men dette er helt normaliseret i løbet af 6 uger.

Følg Sundhedsstyrelsens anbefalinger vedrørende rygning på [www.sst.dk](http://www.sst.dk) og søg efter publikationen "Rygning og operation".

Har du brug for hjælp til rygestop, kan du gå ind på [www.stoplinien.dk](http://www.stoplinien.dk), hvor du kan finde gratis hjælp og rygestop-tilbud i din kommune. Esbjerg Sygehus Grindsted Sygehus tilbyder henvisning til kommunalt rygestop.

Gratis rådgivning på telefon 8031 3131.

Vi gør opmærksom på, at Esbjerg Sygehus Grindsted Sygehus er røgfrit.

### Alkohol

Hvis du drikker over Sundhedsstyrelsens genstandsgrænser, skal du i mindst 4 uger før operationen holde helt op med at drikke alkohol. Det er den tid, det tager for kroppen at normalisere sig. Dette vil medvirke til at nedsætte risikoen for infektioner, blødninger og hjerte-/lungeproblemer efter operationen.

Følg Sundhedsstyrelsens anbefalinger vedrørende alkohol på [www.sst.dk](http://www.sst.dk) og søg efter publikationen "Alkohol og operation".