

Logga
inHitta
vård Meny[Tarmbesvär](#)

Ljumsnbråck

Ljumsnbråck ser ofta ut som en rundad utbuktning vid ljumsken eller vid pungen. Både barn och vuxna kan ha ljumsnbråck utan att känna av det, men det kan också ge stora besvär. Hos barn är bråcket medfött. Hos vuxna beror det på att vävnaden mellan huden och magens organ är svagare.

Ljumsnbråck försvinner inte av sig själv, utan behöver opereras. Ljumsnbråck hos barn opereras alltid. Hos vuxna opereras det om det ger besvär.

Även [flickor och kvinnor](#) kan få bråck, men det är mer ovanligt.

Vad är ljumsnbråck?

Ett bråck uppstår genom att bukhinna och bukinnehåll pressas ut genom bukväggens muskellager.

Bukväggen är ett namn på den vävnad som finns mellan huden och magens organ. Den består av flera lager. Längst in finns en bukhinna. Därefter finns ett fettlager, ett eller flera muskellager och ett lager av underhudsfett.

Vid bråck pressas bukhinnan och bukinnehåll ut genom bukväggens muskellager. Det pressas inte ut genom hudlagret. Bukinnehållet består oftast av fett och en del av tarmen.

En säck med bukinnehåll bildas under huden i en så kallad bråcksäck. Bråcksäckens innehåll kan åka in och ut genom öppningen i bukväggen.

Ljumsnbråck kan uppstå i både höger och vänster ljumske. Du kan också få ljumsnbråck på båda sidor samtidigt.

Ljumsbråck är ett av de vanligaste ställena på kroppen där bråck kan uppstå. Med ljumsnbråck menas även bråck som sitter ner mot låret, så kallade lårbråck. Det kan också tränga [ner i pungen](#).

Inklämt ljumsnbråck

Inklämt ljumsnbråck är när innehållet i bråcksäcken klämts åt och inte kan tryckas tillbaka. Det kan till exempel bero på en svullnad som uppstår då öppningen i bukväggen är trång.

Svullnaden kan klämma åt både innehållet och blodkärlen i bråcksäcken. Det kan göra att blodcirkulationen stoppas och att bråcksäckens innehåll riskerar att dö. Det är allvarligt.

Ett ljumsnbråck kan utvecklas till ett inklämt ljumsnbråck hos både vuxna och barn. Du eller barnet kan också få ett inklämt ljumsnbråck direkt, utan att det först har varit ett ljumsnbråck.

Andra former av bråck

Bråcket kan också tränga ner i pungen. Det kallas för pungbråck. Bråcksäcken kan fyllas ut av bara vätska och kallas då för [vattenbråck](#).

[Navelbråck](#) är när bråcksäcken pressas ut genom en försvagning i närheten av naveln.

Symtom

Bråck i ljumsken ser ofta ut som en rundad utbuktning.

Både vuxna och barn kan ha ljumskbråck utan att känna av det. Det kan till exempel upptäckas i samband med en annan undersökning. Men ljumskbråck kan också ge stora besvär.

Symtom vid ljumskbråck

Ljumskbråck kan ge ett eller flera av följande symtom:

- Du ser eller känner en mjuk utbuktning under huden vid ljumskarna eller pungen. Det går att trycka tillbaka utbuktningen in i buken.
- Du har ont i ljumsken eller i pungen, framför allt när du rör dig eller anstränger dig. Det kan kännas som en molande värk eller som en kortvarig och stickande smärta.
- Du har en tyngdkänsla eller känna obehag vid bråcket.
- Du har ont i magen.

Utbuktningen kan ändra storlek

Det är vanligt att ljumskbråcket inte märks så mycket på morgonen, men att det blir större under dagen. Ibland kan bråcket bara se ut som en svullnad.

Ofta känns och syns bråcket mer när du gör rörelser som ökar trycket i magen. Det kan till exempel vara när du lyfter tungt, ställer dig upp eller krystar. Hos barn kan bråcket vara lättare att se när barnet gråter eller krystar.

Barn kan få knöl i ljumsken av andra anledningar

En knöl i ljumsken hos barn behöver inte vara ett bråck. Det kan till exempel vara en lymfkörtel som har svullnat i samband med en infektion. Barn kan också ha [ont i magen av andra anledningar](#).

Symtom vid inklämt ljumskbråck

Ett inklämt ljumskbråck märks oftast tydligt. Det ger ofta flera av följande symtom:

- Mycket ont i magen, i ljumsken eller i pungen.
- En utbuktning eller svullnad i ljumsken som gör ont och som inte går att trycka tillbaka.
- Ljumsken eller pungen blir röd.

Ett inklämt ljumskbråck kan leda till [tarmvred](#). Det gör då mycket ont i magen. Tarmvred kan vara det första tecknet på inklämt ljumskbråck, eftersom bråcket inte alltid har märkts av tidigare.

Barn som har inklämt ljumskbråck kan också bli trötta, ointresserade av omgivningen och inte ge samma kontakt som vanligt. De kan också kräkas.

När och var ska jag söka vård?

Kontakta en [vårdcentral](#) om du tror att du eller barnet har ljumskbråck. Många mottagningar kan du kontakta genom att [logga in](#).

Du kan också kontakta en [barnavårdscentral](#) om du tror att barnet har ljumskbråck.

Om det är bråttom

Kontakta genast en [vårdcentral](#) eller en [jouröppen mottagning](#) om du tror att du eller barnet har inklämt ljumskbråck. Om det är stängt, sök vård på en akutmottagning.

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#). Då kan du få hjälp att bedöma symtom eller hjälp med var

du kan söka vård.

Vad kan jag göra själv?

Det finns en del du kan göra för att lindra besvärerna.

Pröva att trycka tillbaka bråcket

Ibland går det att trycka tillbaka bråcket tillfälligt. För handen över bråcket underifrån, i riktning mot naveln. Bråcket kan tryckas tillbaka lättare om du eller barnet ligger på rygg med böjda ben. Knäna ska vara uppåt.

Använd smärtstillande läkemedel om du har ont

Det finns flera olika receptfria läkemedel mot smärta. Några exempel är läkemedel som innehåller paracetamol och antiinflammatoriska smärtlindrande läkemedel, NSAID. En del av dessa läkemedel kan användas av både barn och vuxna, men inte alla.

Du kan fråga på ett apotek vilka läkemedel som finns och hur de fungerar.

[Här kan du läsa om vilka receptfria läkemedel som finns och vilket som kan passa för dig.](#)

Undvik viss fysisk aktivitet

Bråcket kan bli större av fysisk aktivitet som ökar trycket i buken. Undvik därför tunga lyft, särskilt om det känns obehagligt i bråcket.

Undersökningar och utredningar

Du får berätta om dina eller barnets symtom hos läkaren. Sedan undersöker läkaren ljumskarna för att se om det finns en svullnad eller knöl. Det räcker oftast för att läkaren ska kunna ställa en diagnos.

Det kan hända att bråcket inte syns när det är dags för undersökningen. Det kan då räcka med att du berättar att det ibland kan komma en knöl i området där bråcket brukar synas.

Fler undersökningar kan behövas

Bråcket kan behöva undersökas mer om läkaren är osäker. Bräck hos barn kan också behöva undersökas mer, även om det är mycket ovanligt.

Du eller barnet undersöks då med något av följande:

- [ultraljud](#)
- [datortomografi](#)
- [magnetkamera](#)
- herniografi.

Herniografi är en särskild röntgenundersökning som görs för att upptäcka bräck. Vid undersökningen får du kontrastmedel med en tunn spruta i magen. Du får bedövning innan det sprutas in. När röntgenbilderna tas får du krysta. Kontrastmedlet gör att bråcket syns tydligare på röntgenbilderna.

Ibland kan läkaren vilja undersöka bråcket med [titthålsteknik](#), även kallad laparoskopi. Du är [sövd](#) då. Vid en sådan undersökning kan bråcket behandlas vid samma tillfälle.

Behandling

Det enda sättet att få bort ljumskbräck är genom operation. Men ljumskbräck behöver inte opereras hos vuxna om det ger få eller lindriga symtom.

Bräckband kan lindra symtomen

Vuxna kan använda ett så kallat bräckband om det är lång tid till operationen eller om bråcket inte går att operera. Bräckbandet håller tillbaka bråcket. Det kan lindra symtomen och hindra att ljumskbråcket växer.

Du kan få ett bräckband som hjälpmedel. Du får det utskrivet på vårdcentralen eller av den som behandlar.

Ljumskbråck opereras alltid hos barn

Hos barn opereras ljumskbråck nästan alltid, oavsett om det ger besvär eller inte. Det är för att ljumskbråck kan utvecklas till ett inklämt ljumskbråck när barnet växer. Hur länge ett barn får vänta på operationen beror på barnets ålder och på vilka symtom barnet har.

Inklämt ljumskbråck kan behöva opereras direkt

Ett inklämt bråck behöver nästan alltid opereras genast, både hos vuxna och hos barn.

Ibland kan en läkare trycka tillbaka ett inklämt bråck hos ett barn. Då behöver barnet inte opereras genast, utan operationen kan planeras och göras vid ett senare tillfälle. Barnet får smärtlindrande läkemedel innan det inklämda bråcket trycks tillbaka, om hen behöver.

Så går operationen till

Operationen går till på ungefär samma sätt, oavsett om det är ett ljumskbråck eller ett inklämt ljumskbråck.

Barn sövs alltid inför operationen. Före sövningen får barnet en [venkateter i armen eller på handen](#). Genom venkatetern får barnet vätska och läkemedel direkt i blodet. I texten [När barn ska opereras](#) kan du läsa mer om hur sövningen går till och hur du kan förbereda barnet inför operationen.

Vuxna kan antingen [sövas](#), få [ryggbedövning](#) eller få [lokalbedövning](#). Vilken metod det blir beror bland annat på hur bråcket ser ut, hur du mår och vad du önskar.

Titthålsteknik eller öppen operation

Du kan opereras med titthålsteknik eller så kan kirurgen välja att öppna upp buken, en så kallad öppen operation. Det är vanligast att kirurgen opererar med [titthålsteknik](#), som också kallas laparoskopi.

Kirurgen kan välja öppen operation om det är ett inklämt ljumskbråck och tarmarna riskerar att skadas.

Hos vuxna gör kirurgen bukväggen starkare

Under operationen för kirurgen tillbaka innehållet från bråcksäcken till buken. Därefter tar kirurgen bort bråcksäcken.

Hos vuxna görs bukväggen starkare för att bråcket inte ska komma tillbaka. Det finns olika sätt att göra det:

- Med hjälp av kroppens egna vävnader. Kirurgen syr ihop dem på ett speciellt sätt. Det kallas för bräckplastik.
- Med hjälp av ett nät som består av ett plastmaterial. Nätet placeras vid försvagningen. Denna typ av förstärkning görs ofta vid titthålskirurgi.
- Med hjälp av ett nät som lindas till en plugg. Kirurgen för in pluggen i försvagningen i bukväggen. Pluggen vecklas ut till ett nät när den är på plats.

Hos barn förstärks inte bukväggen, eftersom bråcket oftast beror på att en öppning i buken inte har växt ihop som den ska. Kirurgen syr ihop öppningen, oftast med stygn som försvinner av sig själv.

Ta reda på väntetider genom Svenskt Bräckregister

Hos [Svenskt Bräckregister](#) finns mer information om ljumskbråck, de olika operationsmetoderna och hur länge du behöver vänta på en operation vid olika sjukhus och kliniker.

Svenskt Bräckregister är ett kvalitetsregister där alla svenska sjukhus och många privata kliniker registrerar bräckoperationer. Syftet med registreringen är att förbättra kvaliteten på behandlingarna. Varje år analyseras de data

som har samlats in.

Läs mer om [nationella kvalitetsregister här](#).

Sluta röka och drick inte alkohol före och efter operationen

Det är viktigt att helt undvika tobak en tid före och efter operationen. Det gör att såren läker snabbare och att blodcirkulationen och konditionen blir bättre så att du fortare återhämtar dig.

Det bästa är att sluta röka helt. Men om du inte klarar det så är det bra om du inte röker i helst åtta, men minst fyra veckor före operationen. Du bör också undvika att röka helst åtta, men minst fyra veckor efter operationen.

Prata med läkaren om du behöver [hjälp och stöd att sluta röka](#).

Undvika att dricka alkohol fyra veckor före operationen och fyra veckor efter eftersom det också ökar risken för infektioner och andra komplikationer.

[Läs mer om levnadsvanor i samband med operation.](#)

Efter operationen

Vid planerade operationer får barn och vuxna oftast lämna sjukhuset samma dag som de har opererats. Har det varit bråttom att operera kan både vuxna och barn få vara kvar på sjukhuset några dagar.

En del barn mår illa och kräks när de vaknar. Därför brukar barn få ha kvar venkatetern några timmar efter operationen. Genom venkatetern kan barnet få vätska direkt i blodet om det behövs, för att undvika att få [vätskebrist](#).

Det kan göra ont i operationssåret

Det kan göra [ont i operationssåret](#) det första dygnet efter operationen. Då kan det hjälpa att använda smärtstillande läkemedel som du kan få på recept. Efter några dagar kan du använda [receptfria smärtstillande läkemedel](#) om du fortfarande har ont.

Vuxna kan få en liten valk som är öm under operationssåret. Valken blir mindre efter några veckor och så småningom försvinner den. Ibland kan det kännas lite hårt vid operationssåret om kirurgen har använt ett nät för att göra bukväggen starkare.

Det kan göra ont att krysta en tid efter operationen, till exempel när du ska bajsas. För att undvika att få förstoppning kan du dricka mer vätska och äta mer fiberrik mat. I texterna [Förstoppning](#) och [Förstoppning hos barn](#) finns fler tips om hur du eller barnet kan undvika att få förstoppning.

Ta det lugnt efter operationen

Undvik att lyfta tunga saker de första dagarna efter operationen. Det gäller både för barn och vuxna.

Barn behöver ingen speciell vila efter operationen, men det kan vara bra att vara något mer stilla. Därför kan barnet behöva stanna hemma en eller två dagar från förskola eller skola.

Barnet bör undvika att vara med på skolidrott i ungefär en vecka. Det är för att undvika att få stötar mot stället där barnet opererades, eftersom det kan göra ont. Det är även bra att barnet är lite försiktig i lekar och undviker att hoppa i en studsatta de närmaste veckorna efter operationen.

Vuxna som arbetar kan behöva bli [sjukskrivna](#) i ett par dagar, ibland längre. Även vuxna kan behöva vara mindre fysiskt aktiva de närmaste veckorna efter operationen.

Annars är det bra att försöka leva som vanligt efter operationen. Ofta går det till exempel bra att promenera och cykla dagen efter operationen.

Såret läker efter lite mer än en vecka

Operationssåret kommer att vara täckt av ett förband. Det är bra om förbandet kan vara kvar tills såret har läkt. Såret brukar läka efter åtta till tio dagar.

Läs mer om hur du [tar hand om såret](#).

Återbesök behövs sällan

Oftast behövs inget återbesök efter operationen. Men kontakta en [vårdcentral](#) om du eller barnet skulle få besvär från operationssåret.

Ovanligt att få bråck igen

Det är mycket ovanligt att bråcket kommer tillbaka hos barn. Om det händer behöver barnet opereras igen.

Det är också ovanligt att vuxna får tillbaka bråcket på samma ställe som tidigare. Däremot kan ett nytt bråck uppstå, men då på ett annat ställe.

Träna magmuskulerna

Du kan minska risken att få ett nytt bråck genom att träna musklerna i magen och ljumskarna. Börja träna försiktigt ungefär sex veckor efter operationen.

Prata med din läkare om vilka övningar du ska göra.

Komplikationer efter operationen

De komplikationer som beskrivs nedan gäller för både vuxna och barn. Innan du eller barnet lämnar sjukhuset kommer ni att få information om vad ni ska göra om någon av er får en komplikation.

Blödning från operationssåret

Det kan börja blöda på insidan av operationssåret, innanför huden. Området runt såret blir då blåaktigt och väldigt svullet.

Det slutar ofta blöda av sig själv, men ibland kan blödningen bli så stor att en kirurg behöver öppna såret för att stoppa blödningen.

Såret kan bli infekterat

Ett infekterat sår brukar märkas två till fyra dagar efter operationen. Då blir såret rött, svullet och gör ont. Huden runt såret kan även kännas varm. Ibland kan det komma var från såret. Du eller barnet kan också få feber.

Infektionen beror på att det har kommit in bakterier i såret.

Ett infekterat sår behöver öppnas, tvättas rent och få ett nytt förband. Du eller barnet kan också behöva få [antibiotika](#) efteråt.

Testikelinflammation är ovanligt

Det finns en liten risk för [testikelinflammation](#) efter operationen. De första symtomen är då att ljumskan och testikeln på den opererade sidan blir röda, svullnar upp och gör ont. Det händer ungefär en dag efter operationen.

Inflammationen beror på att blodcirkulationen till testikeln har störts på grund av operationen.

Känseln i operationsområdet kan förändras

Ibland kan känseln bli sämre i området runt operationssåret. Det kan bero på att någon av de nerver som finns i operationsområdet har skurits av vid operationen.

Känseln brukar bli bättre inom ett år, men för en del kommer den inte tillbaka. Det brukar inte upplevas som något problem.

Ibland kan du få ont i området där du opererades, så kallade nervsmärtor. Du kan ha ont en längre tid, ibland i flera

månader. Det är mycket ovanligt att barn får nervsmärtor efter operationen.

Vad beror det på?

Orsaken till bråck hos barn och hos vuxna skiljer sig åt.

Bråck hos barn är medfött

Bråck hos [pojkar](#) uppstår under fosterutvecklingen, när testiklarna vandrar till pungen genom ljumskkanalen.

Testiklarna bildas i magen under fostertiden. I slutet av fostertiden rör de sig ner till pungen genom ljumskkanalen. Då följer en bit av bukhinnan med ner och det blir en säck i bukhinnan. Säcken ska sedan sluta sig.

Men om den inte sluter sig är det kvar en kanal från bukhålan ner till pungen och där kan innehåll vandra ner. Då uppstår ett bråck.

Även [flickor](#) har en ljumskkanal och kan få bråck, men det är mer ovanligt. Hos flickor kan äggstocken lägga sig i bråcket.

Vanligast hos barn under två år

Bråck är vanligast hos barn som är yngre än två år, men kan även uppstå när barnet är äldre. Det är också vanligare hos barn som föds för tidigt.

Bråck hos vuxna beror på att bukväggen blir svagare

Hos vuxna kan bukväggen i ljumskan bli svagare. Då bildas bråck lättare.

Det finns flera saker som påverkar bukväggen och om det bildas bråck, bland annat dessa:

- Rökning, som gör den så kallade stödjande vävnaden sämre. Exempel på sådan vävnad är bindväv och senvävnad.
- Tungt lyft under en längre tid. Tungt lyft ökar trycket i buken, som i sin tur kan pressa ut bråcket.
- Vissa sjukdomar eller skador, till exempel nervskador i bukväggen.
- Svagare vävnader. Det beror bland annat på ärftlighet. Med ärftlighet menas att man ärver gener.

Det finns också öppningar i bukväggen vid ljumskarna, där sädesledaren med blodkärl går till testiklarna. Där kan det bildas bråck.

Det är inte helt klarlagt vad ljumskbråck beror på. Ibland kan det uppstå utan att man har något av det som har nämnts här.

Påverka och delta i din vård

Du kan [söka vård på vilken vårdcentral eller öppen specialistmottagning](#) du vill i hela landet. Ibland krävs det [remiss](#) till den öppna specialiserade vården.

Informationen ska gå att förstå

Du ska få vara delaktig i din vård. För att kunna vara det behöver du [förstå informationen](#) som du får av vårdpersonalen. Ställ frågor om det behövs.

Även barn ska vara [delaktiga i sin vård](#). Ju äldre barnet är desto viktigare är det.

Du har möjlighet att [få hjälp av en tolk om du inte pratar svenska](#). Du har också möjlighet att få [tolkhjälp om du till exempel har en hörselnedsättning](#).

Senast uppdaterad:

2022-03-25

Redaktör:

Jenny Magnusson Österberg, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Anders Hyltander, kirurg, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Göteborg

Illustratör:

Kari Toverud, certifierad medicinsk illustratör

1177 – tryggt om din hälsa och vård

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt.

1177 ger dig råd när du vill må bättre.

1177 på flera språk

I

Om 1177

I

Kontakt

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).