



ETURAUHASEN HÖYLÄYS TAI HALKAISU KOTIHOITO-OHJE

Haluamme antaa tietoa eturauhasen höyläyksen tai -halkaisun jälkeisestä itsehoidosta, jotta toipumisesi jatkuisi kotona mahdollisimman hyvin. Sinun on myös tärkeää tietää, missä tilanteissa on hakeuduttava uudelleen hoitoon. Toivomme, että suullinen ohjaus ja kirjalliset ohjeet auttavat näissä asioissa ja selkiyttävät käsitystäsi sairautesi hoidosta Lapin sairaanhoitopiirissä.

Virtsaus

Virtsaaminen onnistuu yleensä hyvin katetrihoidon päättyessä. Virtsasuihku saattaa olla aluksi heikko leikkausalueen turvotuksesta johtuen. Toisinaan katetri joudutaan laittamaan takaisin 1–2 viikoksi, joiden aikana leikkausalue paranee. Näissä tilanteissa potilaalle ohjataan katetrin hoito ja hän voi kotiutua sen kanssa. Katetrin poisto tapahtuu yleensä omassa terveyskeskuksessa.

Usein katetrin poiston jälkeen esiintyy muutaman päivän ajan kiireistä virtsaamisen tarvetta ja virtsaa saattaa karata housuihin. Pitempään jatkuva virtsan karkaaminen on eturauhashöyläysten jälkeen harvinaista, ellei kyseessä ole eturauhassyöpä. Tihentynyt virtsaamistarve, joka useimmilla potilailla on ennen höyläystä, jatkuu yleensä höyläyksen jälkeen 2–6 kuukauden ajan.

Verivirtsaisuus

Höyläyksen jälkeen virtsassa saattaa esiintyä ajoittain verta noin kahden kuukauden ajan. Tämä johtuu leikkaurupien irtoamisesta eikä se ole vaarallista, jos virtsa kulkee hyvin. Jos havaitset virtsassasi verta, lepäile muutama tunti. Useimmiten verisyys häviää liikkumista vähentämällä itsestään. Mikäli virtsan verisyys jatkuu yli viikon, alkaa esiintyä hyytymiä tai virtsan kulku pysähtyy kokonaan, ota yhteyttä omaan terveyskeskukseen virka-aikana tai päivystykseen virka-ajan ulkopuolella.

Lääkehoito

Voit lopettaa eturauhaslääkkeiden käytön toimenpiteen jälkeen. Kotiuttava hoitaja ohjaa Sinulle muut lääkitykseesi liittyvät asiat ja antaa tarvittaessa mukaasi kipulääkereseptin.

Liikkuminen

Raskaat työt ovat kiellettyjä 3–4 viikon ajan. Ponnistelu voi aiheuttaa verivirtsaisuutta toimenpiteen jälkeen. Rauhallinen kävely on hyvää liikuntaa toipumisaikana, mutta talvikeleillä kannattaa varoa liukastumisesta aiheutuvia äkinäisiä liikkeitä.

Virtsan karkaamista voi hallita lantionpohjan lihaksistoa vahvistamalla. Saat tarvittaessa harjoitusohjauksen ja kirjalliset ohjeet osastomme kuntohoitajalta, fysioterapeutilta tai hoitajilta. Virtsasuihkun katkaiseminen virtsatessa on hyvä tapa saada tuntumaa sulkijalihakseen.

Ravitsemus

Höyläys ei edellytä erityistä ruokavaliota. Juo mahdollisesta virtsan karkailusta huolimatta runsaasti, jotta virtsarakossa toimii luonnollinen huuhtelu. Kovan ulosteen ponnistaminen saattaa aiheuttaa verivirtsaisuutta. Mikäli Sinulla on



Osasto 4

taipumusta ummetukseen, kannattaa suolen sisältö pyrkiä pitämään pehmeänä runsaan juomisen lisäksi syömällä kuitupitoista ruokaa (puurot, leseet, täysjyväviljaleivät, kasvikset). Luumu on hyvä luonnollinen ulosteen pehmentäjä. Tarvittaessa voit hakea apteekista käsikauppavalmisteena myytävää ulostelääkettä.

Seksuaalisuus

Siemensyöksy (ejakulaatio) jää lähes aina höyläyksen jälkeen pois, mutta orgasmitunteukset pysyvät ennallaan. Siemensyöksyn poisjääminen johtuu leikkauksen virtsarakon kaulaan aiheuttamista muutoksista ja siemensyöksy suuntautuu rakkoon. Toimenpiteen jälkeen yhdyntä voi jatkua entiseen tapaan noin neljän viikon kuluttua.

Sairausloma

Sairausloma on toimenpiteen tekotavasta ja työstäsi riippuen 3–5 viikkoa. Kotiuttava hoitaja antaa Sinulle lääkärin kirjoittaman todistuksen.

Vaivan uusiutuminen

Kun eturauhasen liikakasvu on leikkauksellisesti hoidettu, se harvoin uusii alle 15 vuoden kuluessa. Joskus joudutaan uusintaleikkaukseen ja se tehdään säännöllisesti virtsaputken kautta höyläyksellä. Uuden toimenpiteen vaikutukset ovat samat kuin ensimmäisenkin.

Eturauhasleikkauksen jälkeen voi kehittyä hoitoa vaativa virtsaputken ahtauma. Tällaisen ahtauman oireet ovat samat kuin eturauhasen liikakasvunkin ja se on hoidettavissa pienellä virtsaputken kautta suoritettavalla leikkaustoimenpiteellä.

Kotiutus ja jatkohoito

Lasku postitetaan kotiin. Kotiuttava hoitaja tilaa Sinulle lääkärin luvalla tarvittaessa Kela-korvaukseen oikeuttavan taksikyydin, jolloin saat matkakorvauksen heti taksissa. Varaudu esittämään Kela-korttisi kuljettajalle.

Saat kotiutuessasi tai kirjeessä kotiin kontrolliajan noin kolmen kuukauden päähän urologian poliklinikalle.

Mikäli toipumisessasi on ongelmia (esimerkiksi tulehdusoireet, hengenahdistus, lisääntyvä kipu, ongelmat virtsauksessa), ota ensisijaisesti yhteyttä virka-aikana omaan terveyskeskukseesi tai tarvittaessa voit kysyä toimintaohjeita Lapin keskussairaalan perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon yhteispäivystyksestä (016) 322 4800 tai hakeutua hoitoon edellä mainittuihin paikkoihin.

Mikäli Sinulle jäi kysyttävää osastolla tapahtunutta hoitoasi koskien, voit soittaa osastollemme (016) 328 4100 (mielellään iltapäivisin). Jos asiasi koskee seurantakäyntejä, ole yhteydessä urologian poliklinikkaan (016) 328 2318.

(Ohje on laadittu Käypähoito-ohjeita mukaillen.)

Toivotamme hyvää vointia!