



VIRTSA-AVANNE, KOTIHOITO-OHJE

Haluamme antaa tietoa virtsa-avanneleikkauksen 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. Omaisesi tai hoitoosi osallistuva läheinen voi mielellään osallistua kotiutustilanteeseen.

Lääkehoito

Saat tarvittaessa kotiutuessa osastolta kipulääkereseptin mukaasi. Mikäli sairastat syöpää, jatkuu laskimotukoksia ehkäisevä lääkitys kotona leikkauksen jälkeen. Saat lääkkeestä reseptin mukaasi. Kotiuttava hoitaja ohjaa lääkkeiden käytön ja mahdolliset muutokset kotilääkityksessäsi. Kerro hoitajille, jos haluat kotiutuessasi yhteenvetolistan käyttämästäsi lääkityksestä.

Liikkuminen

Leikkauksen jälkeen saat liikkua normaalisti, mutta kovempaa ponnistelua, nostamista ja äkkinäisiä liikkeitä on syytä välttää 4–6 viikon ajan haava- ja avanne-tyrien ehkäisemiseksi. Kävelylenkit ja rauhallinen voimistelu ovat hyvää toipumisvaiheen liikuntaa. Voit uida ja sauna (ompeleiden poiston jälkeen). Lauteilla kannattaa varmistaa, että suolenpään ja pussin väliin jää ilmaa, jottei kuuma pussi vahingoita suolen limakalvoa.

Ravitsemus

Toipumisaikana kannattaa syödä itseään kuunnellen ja rauhallisesti. Ruoka tulisi pureskella huolella, koska ruoansulatus käynnistyy jo suussa. Ruoka-aikojen säännöllisyydestä on hyötyä, koska säännöllinen ruokailu vähentää vatsan turvotusta ja tätä kautta kipua. Jos et syö paljoa kerralla, pidä ruokailuvälit lyhyinä. Ruokahalu voi olla huono jonkin aikaa leikkauksen jälkeen.

Ajoittain voi olla ummetusta, johon auttavat kuitupitoiset ruuat hyvin pureskeltuna, riittävä juominen ja tarvittaessa apteekista ilman reseptiä hankittavat suolen sisältöä pehmittävät lääkkeet.

Avanne

Jatka kotona avanteen hoitoa osastolla saamasi ohjauksen mukaan. Avanne-tarvikkeita varten teemme terveyskeskukseesi hoitotarviketilauksen, josta saat kopion myös itsellesi. Annamme Sinulle osastolta avanteen hoidossa tarvitsemasi välineet sekä sidoksia reilun kahden viikon ajalle. Ota yhteyttä noin

viikon kuluttua kotiutumisesi _____ terveyskeskuksen

hoitotarvikejakeluun puh. _____ sopiaksesi hoitotarvikkeiden hakemisesta.



Osasto 4

Voi olla, että sairaalassa valittu sidos vaihdetaan toiseksi muutaman kuukauden kuluttua, kun avanne on lopullisessa muodossaan. Saat kotiutuessasi tai kirjeellä kotiin ajan avannehoitajalle noin kuukauden päähän.

Avannehoitajan vastaanotto: ____/____/20____ klo _____. Ilmoittaudu Kirurgian poliklinikalla 2. kerroksessa (pääsisäänkäynti).

Saat avannehoitajalta ”avannepassin”, jossa on tiedot sairaudestasi, avanteesta sekä sidosten merkki, tuotenumero ja valmistajan nimi. Pidä nämä tiedot jatkuvasti mukana. Valmiiksi leikattua avannesidosta kannattaa kuljettaa aina mukana taskussa tai käsilaukussa.

Haavanhoito

Pidä haava puhtaana ja vältä haava-alueen koskettelua tulehtumisvaaran vuoksi. Voit käydä suihkussa normaalisti. Haavasidos poistetaan ennen suihkuun menoa. Suihkuta haava lämpimällä vedellä ja kuivaa leikkausalue painelemalla puhtaalla pyyhkeellä. Haavan voi tarvittaessa peittää puhtaalla sidoksella, mutta siisti erittämätön haava saa olla ilman sidosta. Haava hoidetaan ennen avannetta. Mahdollistaen vanhaa dreenin aukkoa hoidetaan kuten haavaa.

Jos ompeleita tai haavahakasia ei ole poistettu osastolla ollessasi, poistetaan ne sovittuna ajankohtana omassa terveyskeskuksessa, työterveyshuollossa, kotisairaanhoidossa tai (seniori)neuvolassa haavoilta ____/____/20____ ja avanteen ympäriltä ____/____/20____. Varaa aika etukäteen terveydenhoitajan tai sairaanhoitajan vastaanotolle omalta paikkakunnaltasi.

Haavan saa kastella ompeleiden poistopäivänä. Saunaan tai uimaan voi mennä vasta ompeleiden tai haavahakasten poiston jälkeen. Vältä haava-alueen voimakasta venytystä, hiertymistä ja räsitystä ompeleiden poistoon saakka.

Sulavia ompeleita ei tarvitse poistaa. Saunominen on sallittua viikon kuluttua sulavien ompeleiden laittamisesta.

Joskus haavan ympärille voi tulla mustelmaa. Se on merkki ihon alle tulleesta verenpurkaumasta ja häviää itsekseen.

Seksuaalisuus

Seksuaalisuus on elämänalue, johon kohdistuvat avanneleikkauksen aiheuttamat muutokset saattavat tulla esiin vasta myöhemmin. Jos leikkauksessa poistetaan virtsarakko ja / tai eturauhanen, saattaa erektiokyky heikentyä useiksi kuukausiksi tai hävitä kokonaan. Tarvittaessa pysyväksi jäänyttä erektiokyvyttömyyttä voidaan hoitaa lääkkeillä. Näitä asioita selvittää kontrollikäynnilläsi LKS:n Urologian poliklinikalla. Sairaalassamme toimii seksuaalineuvontapoliklinikka, jonne voidaan tarvittaessa järjestää keskustelu-aika. Ota asia puheeksi käydessäsi avannehoitajan vastaanotolla.

Sairausloma

Sairauslomaa kirjoitetaan yleensä 6 viikkoa. Kotiuttava hoitaja antaa Sinulle lääkärin kirjoittaman todistuksen.



Leikkauksen jälkeiset ongelmat

Toisinaan suolen toiminta näyttää käynnistyneen sairaalassa, mutta kotona ulosteen tai ilmojen tuleminen loppuu. Tuolloin vatsa on pömpö, sinulla on pahoinvointia ja voit oksennella. Tilanne vaatii hoitoon hakeutumista. Avanteen limakalvo vuotaa herkästi verta, mutta tällainen pieni verenvuoto ei ole vaarallista. Runsaampi verenvuoto avanteesta, virtsan sameus ja voimakas haju sekä virtsa-avanteen vetäytyminen tai pullistuminen ulospäin vaativat lääkärin arviota tilanteesta.

Haavatulehdus. Leikkaushaava voi joskus tulehtua. Tulehduksen oireita ovat haavan lisääntyvä kipu, punoitus, kuumotus ja erityis sekä lämmön nousu. Epäillessäsi tulehdusta ota yhteyttä omaan terveyskeskukseen. Mikäli tulehdus todetaan, toimitaan erillisenä annettavan leikkaushaavainfektion seuranta- ja ilmoituslomakkeen ohjeen mukaisesti. Ota haavainfektion seuranta- ja ilmoituslomake mukaan mennessäsi terveyskeskukseen.

Kotiutuminen ja jatkohoito

Saat laskun mukaasi osastolta tai se postitetaan kotiin. Kotiuttava hoitaja tilaa lääkärin luvalla Sinulle tarvittaessa taksikyydin Lapin taksikeskuksesta, jolloin saat matkakorvauksen heti taksissa. Varaudu esittämään Kela-korttisi kuljettajalle.

Kotiuttava sairaanhoitaja käy jatkohoitosuunnitelmat kanssasi läpi. On tärkeää tietää, että Sinun kuuluu saada jonkinlaisia kontrolliaikoja. Jos patologin lausunto tutkittavaksi lähetetyistä kudospappaleista ei ole tullut ennen kotiutumistasi, ilmoitetaan se kirjeitse kotiin.

Jos toipumisessasi on ongelmia (esimerkiksi tulehdusoireet, lisääntyvä kipu, hengenahdistus, oksentelu, verenvuoto), **ota ensisijaisesti yhteyttä virkaaikana omaan terveyskeskukseesi** tai tarvittaessa voit kysyä toimintaohjeita Lapin keskussairaalan perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon yhteis-päivystyksestä (016) 322 4800 tai hakeutua hoitoon edellä mainittuihin paikkoihin. Häätötilassa apu soitetaan yleisestä hälytysnumerosta, joka on 112.

Mikäli Sinulle jäi kysyttävää osastolla tapahtunutta hoitoasi koskien, voit soittaa osastollemme (016) 328 4100 (mielellään iltpäivisin). Jos tarvitset apua avanteen hoidossa (iho-ongelmat, ongelmat sidoksen kanssa), ota yhteyttä Kirurgian poliklinikan avannehoitajiin 040 673 4170 (arkisin) tai osasto 4 avannehoitajaan/avannevastaaviin (016) 328 4100.

Toivotamme hyvää vointia!