



## PAKSUSUOLILEIKKAUS (HEMIKOLEKTOMIA) KOTIHOITO-OHJE

*Haluamme antaa tietoa paksusuolileikkauksen 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, hoitoosi osallistuva läheinen tai muu haluamasi henkilö voi mielellään olla mukana kotiutustilanteessa.*

### Lääkehoito

Kivut jatkuvat yleensä pikku hiljaa helpottaen muutaman viikon ajan leikkauksen jälkeen. Kipulääkettä kannattaa käyttää siten, että pystyt hengittämään vapaasti ja liikkumaan. Saat tarvittaessa kotiutuessa osastolta kipulääkereseptin mukaasi. Syöpäsairauden yhteydessä laskimotukoksia ehkäisevä lääkehoito jatkuu kotona leikkauksen jälkeen. Saat lääkkeestä reseptin mukaasi. Kotiutettava 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 tähytysleikkauksen jälkeen kahden viikon ajan ja avoleikkauksen jälkeen noin kuukauden ajan. Kävelylenkit ja rauhallinen voimistelu ovat hyvää toipumisvaiheen liikuntaa.

### 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. Tarvittaessa voi hankkia apteekista lisäravinnejuomia.

### Ummetus

Vatsan alueen leikkaus, saamasi lääkkeet ja muutos ruokailutavoissa aiheuttaa herkästi ummetusta. Leikkauksen jälkeen Sinun kannattaa olla liikkeellä, juoda vettä ja syödä kuitupitoista ruokaa. Mikäli kotikonstit eivät auta ummetuksen ehkäisyssä ja hoidossa, voit hakea apteekista käsikauppavalmisteena myytävää ulostetta pehmentävää lääkettä.

### 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.



## Osasto 4

Ompeleet tai haavahakaset poistetaan omassa terveyskeskuksessa, työterveysluollossa, kotisairaanhoidossa tai neuvolassa \_\_\_\_ / \_\_\_\_ .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 rasitusta ompeleiden poistoon saakka.

Sulavia ompeleita ei tarvitse poistaa. Saunoa saat viikon kuluttua ompeleiden laitosta.

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

## Sairausloma

Sairauslomaa kirjoitetaan 2–4 viikkoa työstäsi ja leikkaustavasta riippuen. 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 hakeutumista hoitoon. Myös kirkas punainen verenvuoto peräaukosta suolistoleikkauksen jälkeen vaatii lääkärin arviota tilanteesta.

### Haavatulehdus

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

## Kotiutuminen ja jatkoahoito

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 kontrolloita. Jos patologin antama lausunto leikkauksessa otetusta kudospäyttestä (PAD-lausunto) ei ole tullut ennen kotiutumistasi, ilmoitetaan se kirjeitse kotiin. Onkologiset hoidot määrättyvät PAD-lausunnon mukaan ja myös niistä ilmoitetaan tarvittaessa kirjeellä.

Yleensä CEA-arvoa seurataan omassa terveyskeskuksessasi 3 kuukauden välein kahteen vuoteen saakka ja sitten puolivuositain viiteen vuoteen saakka (tai lääkärin määräyksen mukaan). Tavallisesti colonoskopiakontrolli on poliklinikan



#### Osasto 4

---

tai osaston kautta LKS:ssa puolen vuoden välein ja kahden vuoden jälkeen vuosittain (tai lääkärin määräyksen mukaan).

Mikäli toipumisessasi on ongelmia (esimerkiksi tulehdusoireet, lisääntyvä kipu, hengenahdistus, suolen toimimattomuus, oksentelu, verenvuoto), **ota ensisijaisesti yhteyttä virka-aikana omaan terveystieteeseen.** Tarvittaessa voit kysyä toimintaohjeita Lapin keskussairaalan perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon yhteispäivystyksestä (016) 322 4800 (vuorokauden ympäri) tai hakeutua hoitoon edellä mainittuihin paikkoihin. Hätätilassa apu soitetaan yleisestä hälytysnumerosta, joka on 112.

Mikäli Sinulle jäi kysyttävää osastolla tapahtunutta hoitoasi koskien, voit soittaa osastolle 4 (016) 328 4100 (mielellään iltapäivisin).

*Toivotamme hyvää vointia!*