



Discusprolapsi eli välilevyn pullistuman leikkaus

Olet päätenyt yhdessä lääkärisi kanssa siihen, että välilevyn pullistumasi vaatii leikkaushoitoa. Tämän potilasohjeen tarkoitus on lisätä tietoaasi toimenpiteestä ja siihen liittyvistä asioista. Ta-voitteenamme on, että toivot leikkauksesta mahdollisimman hyvin ja nopeasti.

Välilevyn pullistuma

Lannerangan välilevyn pullistuma on yleensä selkärangan alempien nikamien välissä olevan välilevyn rappeutumisesta johtuva pullistuma, jossa välilevyn pehmyt sisältö puristaa selkädinhermoa tai paikallisesti ärsyttää hermoa aiheuttaen kipuoireita. Tyypillisimpänä oireena on alaselän kipu, joka säteilee toiseen alaraajaan aiheuttaen puutumis-tuntemuksia ja/tai alaraajan heikkoutta. Tupakointi ja liikapaino edesauttavat nikamavälilevyn rappeutumista.

Leikkausmenetelmä

Välilevyn pullistuma leikataan mikroskooppiavusteisesti pienestä selkään tehtävästä viillosta, joissakin tapauksissa myös avoleikkauksena. Leikkaus tehdään nukutuksessa. Iholle tulee muutaman sentin pituinen haava. Leikkauksen jälkeen tarkkailu tapahtuu ensin heräämössä. Kun vointisi on hyvä ja kipusi hallinnassa, siirryt jatkohoitoon osastolle. Kotiutuminen tapahtuu 1-2 päivää leikkauksen jälkeen. Sairausloman kesto määritellään työstäsi riippuen.

Leikkausriskit

Riskitöntä leikkausta ei ole. Aikaisempien leikkausten aiheuttamat kiinnikkeet, ylipaino ja rakenteelliset poikkeavuudet lisäävät riskejä. Iän, painon, elintapojen, fyysisen suorituskyvyn ja perussairauksien aiheuttamat riskit arvioidaan jokaisen potilaan kohdalla erikseen. Leikkauksessa on lisäksi verenvuoto-, laskimotukos- ja infektiovaara. Leikkauksen jälkeen jalkoihin säteilevät oireet helpottavat heti tai myöhemmin, joillakin jää pysyvästi oireita. Joskus harvoin oireet voivat pahentua.

Leikkaus on rasite elimistölle ja se vaatii mahdollisimman hyvän terveydentilan. Perussairaudet (mm. diabetes, sydänsairaudet) tulee hoitaa parhaalle mahdolliselle hoitotasolle ennen leikkausta. Leikkaukseen tullessa leikkausalueen ihon, varpaiden välien, nivustaipeden ja rintojen alusten ihon tulee olla ehjä.

Ravitsemus

Monipuolinen ravinto ja riittävä nesteen saanti edistävät haavan paranemista ja lisäävät kudosten vastustuskykyä tulehduksille. Jos koet, että ruokavaliosi on ollut huono, ravintolisän käyttöä on syytä harkita ennen leikkausta. Ravintojuomia voit ostaa Keskussairaalan kanttiinista tai apteekista.

Leikkauspäivänä Sinun on oltava syömättä ja juomatta klo 24 jälkeen. Leikkauksen jälkeen saat aluksi vettä suun kostuttelua varten. Ellei Sinulla ole pahoinvointia, saat ruokailla jatkossa normaalisti. Ensimmäinen ruokailu saattaa tapahtua kylkimakuulla.

Tupakointi

Tupakointi on suuri riskitekijä. Se heikentää verenkiertoa ja haavan paranemista sekä huonontaa lääkkeiden vaikutusta. Lisäksi leikkausalueen tulehdusriski voi kasvaa. Tupakointi kannattaa lopettaa riittävän ajoissa ennen leikkausta.



Alkoholi

Runsas, jatkuva alkoholinkäyttö vaatii asianmukaista hoitoa hyvissä ajoin ennen suunniteltua leikkausta. Vieroitusoireet vaikeuttavat leikkauksesta toipumista ja kuntoutumista.

Peseytyminen

Leikkausta edeltävästi peseydytään edellisenä iltana ja leikkauspäivän aamuna Erisept Foam® pesuaineella. Kaikki korut on hyvä ottaa pois jo peseytymisvaiheessa. Napa on pestävä huolellisesti. Ihokarvoja ei tarvitse ajella.

Huolellinen käsihygienia on tärkeää erityisesti sairaalassaoloaikana. Sairaalan seinillä olevat käsidesinfektioaineet ovat myös potilaiden ja heidän vieraidensa käytettävissä. Leikkauksen jälkeen suihkussa voit käydä kun leikkauksesta on kulunut vuorokausi. Osa haavataitoksista voi olla paikoillaan useamman vuorokauden. Yleensä haavataitokset poistetaan ennen suihkua.

Wc:ssä käyminen

Mikäli virtsauksen tarve tulee heti leikkauksen jälkeen ennen puudute- ja anestesia-aineiden vaikutusten kunnollista häviämistä, autetaan Sinut alusastialle vuoteessa (naiset) tai Sinulle tuodaan kuikka (miesten virtsa-astia). Monesti ensimmäinen vuoteesta nousu liittyy virtsaamisen tarpeeseen. Toisinaan virtsaus ei onnistu leikkauksen jälkeen annetuista lääkkeistä tai rakkon ylitäytymisestä johtuen, jolloin virtsa tyhjennetään rakosta virtsaputken kautta pienellä letkulla, virtsakatetrilla. Kun on varmistettu, että pärjät ylhäällä omatoimisesti, voit hoitaa wc-rutiinisi itsenäisesti.

Leikkaus, saamasi lääkkeet ja muutos niin ruokailurytmissä kuin olosuhteissa aiheuttavat herkästi ummetusta. Suolta ei tarvitse välttämättä toimittaa ennen leikkausta, mutta leikkauksen jälkeen Sinun kannattaa olla liikkeellä, juoda vettä ja syödä kuitupitoista ruokaa suolen toiminnan parantamiseksi. Tarvittaessa Sinulle voidaan antaa suun kautta otettavaa ulostetta pehmentävää lääkettä.

Liikkuminen

Leikkauksen aamuna Sinua ohjataan pukemaan tukisukat, jotka ehkäisevät verisuonitukosten muodostumista leikkauksen aikana. Jos saat rauhoittavaa esilääkitystä, odotat leikkaukseen menoa vuoteessa. Leikkauksen jälkeen jalkojen liikkuminen ja asennon vaihtaminen sängyssä kyljelleen on sallittua ja suotavaa. Vuoteessa kannattaa tehdä verenkiertoa vilkastuttavia raajoja pumppeavia liikkeitä ja hengitysharjoituksia. Yli 40-vuotiaille leikkauspotilaille annetaan leikkauksen jälkeen osastohoidossa laskimotukoksia ehkäisevä lääke.

Hoitohenkilökunta ohjaa Sinulle vuoteesta ylös nousemisen ja fysioterapeutti leikkauksen jälkeiset harjoitteet. Liikkeellä oleminen edesauttaa leikkauksesta toipumista, sillä kävellessä hengitys syvenee, verenkierto vilkastuu, ilmavaivat vähenevät ja suolen toiminta normalisoi- tuu. Kun vointisi sallii omatoimisen liikkumisen, kannattaa liikkua sopivassa suhteessa levon kanssa. Kovempaa ponnistelua, kiertoliikkeitä, eteenpäin kumartelua ja nostamista on syytä välttää leikkauksen jälkeen 6 viikon ajan.

Kivunhoito

Ennen leikkausta sinulla on ollut selkäkipua ja / tai jalkoihin säteilevää kipua ja olet saattanut käyttää kipulääkkeitä jo pitkään. Leikkauksen jälkeen sinulla saattaa olla kipuja selässä, haavakipua. Lisäksi sinulla saattaa edelleen olla jalkoihin säteilevää kipua tai jalkoihin säteilevä kipu "jää leikkaukspöydälle". Pullistuma on ärsyttänyt hermojuuriasi ja ärsytystilan aiheuttama hermokipu saattaa jatkua pidempään, vaikka itse pullistuma leikataan. Sinä voit itse arvioida kipuasi, kuinka voimakasta se on ja miltä ja missä se tuntuu. Hoitajat hoitavat kipuasi anestesialääkärin antamien ohjeiden mukaan.



Osasto 4B

Tavoitteena on, ettet joudu kokemaan kovaa kipua ja pystyt hengittämään ja liikkumaan kunolla. Näin ollen on tärkeää, että pyydät itse lääkettä kivun muuttuessa lievistä kohtalaisiin kovaksi. Lievään kipuun voi auttaa asennon vaihtaminen, rentoutuminen, ajatusten suuntaaminen pois kivusta (lukeminen, television katselu, musiikin kuuntelu), käveleminen, kylmä tai lämmin. Kotiutuessa saat kipulääkereseptin mukaasi ja ohjeet, miten lääkkeet vähennetään pois. Jos olet käyttänyt jo pitkään kipulääkkeitä tai leikkauksen jälkeen jalkoihin säteilevä kipu jatkuu kovana, Sinun kannattaa pyytää akuutin kivun hoitajaa (APS) käymään luonasi ja Sinulle järjestetään kontrolli lääkkeiden purkamisesta. APS p. 016-328 7401 ma - pe 9-14.

Potilasohjaus

Tapaat leikkaavan lääkärin sairaalassa ennen leikkaustasi. Et välttämättä näe Sinua leikannutta lääkäriä enää leikkauksen jälkeen. Osastolla lääkäri käy luonasi aamuisin lääkärinkierrolla. Leikkauksen jälkeen Sinua ohjataan suullisesti hoitoon liittyvissä asioissa ja kotiutuessa saat kirjalliset kotihoito-ohjeet. Omaisesi tai muu haluamasi henkilö voi osallistua kotiuttamistilanteeseen. Vastaamme mielellämme kaikkiin hoitoasi koskeviin kysymyksiisi. Toivomme Sinun ymmärtävän antamiemme ohjeiden merkityksen ja osallistuvan aktiivisesti hoitoosi.

Tervetuloa leikkaukseen!

Tutustu ennalta osastoon 4B osoitteessa www.lshp.fi > osastot ja poliklinikat > kirurgia > Osasto 4B tai osastot

Lähteet:

Kumpuniemi, Hanna-Kaisa 2012. Lshp, potilasohjeiden pohja.

Lyhki-yksikkö 2009. Potilasohjeiden pohja.

Manninen Kati 2013. Tekonivelleikkauksen potilasohje.

Saarelma, Osmo 2013. Välilevytyrä, välilevyn pullistuma, iskias. Osoitteessa

http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00236&p_haku=välilevyn_pullistuma.