



Vatsa-aortan pullistuman korjausleikkaus

Haluamme antaa tietoa vatsa-aortan pullistuman korjausleikkauksen jälkeisestä itsehoidosta, jotta toipumisesi jatkuu mahdollisimman hyvin. Vatsa-aortan pullistuman korjausleikkauksen jälkeen toipuminen kestää muutamasta viikosta muutaman kuukauteen. Toipuminen tapahtuu pienin askelin. Sinun on myös tärkeää tietää, missä tilanteissa on hakeuduttava uudelleen hoitoon. Vatsa-aortan pullistuman syynä on lähes aina valtimonkovettumatauti, jonka riskitekijöitä ovat tupakointi, kohonnut verenpaine ja kohonnut paha eli LDL-kolesteroli.

Liikkuminen

Liikkuminen tehostaa toipumista. Päivittäinen rauhallinen liikunta, kuten kävelylenkit ja ohjeiden mukainen harjoittelu ovat hyvää toipumisvaiheen liikuntaa. *Ensimmäisen kuukauden ajan Sinun tulee välttää nivustaipeen voimakasta koukistusta esimerkiksi pitkäaikaista istumista ja lonkkien koukistusta sekä raskaita kantamuksia ja nosteluja sekä käyttää sairaalasta saamaasi tukivyötä, jotta haavalle ei tule tyrää.* Vuoteesta ylösnousu kannattaa tehdä kylkimakuun kautta. Autolla ajaminen on sallittua, kun jalkojen toiminta on palautunut normaaliksi ja tunnet vointisi hyväksi. Pitkillä automatkoilla on hyvä nousta välillä jaloittelemaan. Fysioterapeutti antaa ennen kotiutumista vielä erilliset liikkumista ja harjoittelua koskevat ohjeet. Leikkauksen jälkeen voit jatkaa sukupuolielämää normaalisti fyysisen jaksamisen mukaan. Aorttaleikkauksen jälkeen miehillä voi esiintyä ongelmia erektion ja siemensyöksyn kanssa, näissä ongelmis- sa urologi voi kuitenkin usein auttaa, joten mainitse asiasta seurantakäynnin yhteydessä.

Lääkehoito

Leikkauksen jälkeen Sinulle aloitetaan verenkiertolääkitys, ellei se ole jo käytössä. Kotiuttava hoitaja ohjaa Sinulle lääkitykseesi liittyvät asiat ja antaa mukaasi reseptit. Haavakipu helpottaa 1-2 viikon kuluessa leikkauksesta. Kipulääkettä kannattaa ottaa sen verran, että pystyt hengittämään ja liikkumaan mahdollisimman normaalisti.

Voit lukea lisää kivunhoidostasi **Ohje kipulääkityksestä kotiutuvalle potilaalle** -lomakkeesta.

Haavanhoito

Pidä haava puhtaana ja vältä haava-alueen koskettelua tulehtumisvaaran vuoksi. Suihkussa voi käydä normaalisti. Poista haavataitokset ennen suihkuun menoa. Suihkuta haava lämpimällä vedellä ja kuivaa leikkausalue painelemalla puhtaalla pyyhkeellä. Haavan voi tarvittaessa peittää puhtaalla sidoksella, joita voit ostaa apteekista. Siisti ja erittämätön haava saa olla ilman sidosta. Saunaan voi mennä, kun ompeleet on poistettu. Katso erillinen **Haavanhoito-ohje ja ompeleiden poisto** -lomake. Leikkauksen jälkeen jaloissa voi esiintyä turvotusta varsinkin jos nivusissa on haavat tai jos jalkojen verenkierto on ollut huono ennen leikkausta.

Joskus haava voi tulehtua. Epäillessäsi tulehdusta, hakeudu heti omaan terveyskeskukseesi päivystystervystaanotolle. Ota sairaalasta saamasi haavainfektion seuranta- ja ilmoituslomake mukaan terveyskeskukseen mennessäsi.

Ravitsemus

Leikkauksen jälkeen painosi voi tippua ruokahaluttomuudesta johtuen. Ruokailun suhteen ei kuitenkaan ole rajoituksia, monipuolinen ruokavalio, runsas juomien nauttiminen ja liikunta edesauttavat toipumista. Painon vaihtelu tasoittuu muutaman viikon sisällä leikkauksesta.



Ummetus

Vatsan alueen leikkaus voi aiheuttaa ummetusta, koska leikkaus laiskistuttaa suolta. Leikkauksen jälkeen Sinun kannattaa olla liikkeellä, juoda vettä ja syödä kuitupitoista ruokaa suolen toiminnan parantamiseksi. Mikäli kotikonstit eivät auta ummetuksen ehkäisyssä ja hoidossa, voit ostaa apteekista ilman reseptiä myytäviä suolen sisältöä pehmentäviä lääkkeitä.

Elintavat

Omilla elintapojen valinnoilla pystyt vaikuttamaan sairauden uusiutumiseen tai etenemiseen. Esim. tupakointi ja kovien rasvojen käyttäminen lisäävät verisuoniahtaumien syntymistä ja pahenemista. Säännölliset kolesteroli-, verensokeri- ja verenpaine seurannat omassa terveyskeskuksessa suositellaan tehtäväksi vuosittain.

Säännöllinen liikunta edesauttaa verisuoniterveyttä vähentäen ahtaumien muodostumista valtimoiden seinämiin. Sopivia liikuntamuotoja ovat kävely, kuntopyörällä polkeminen, pyöräily, uinti haavojen parannuttua, sauvakävely, hiihto sekä muut verenkiertoelimistöä kuormittavat kestävyysliikuntamuodot hyötyliikuntaa unohtamatta.

Sairausloma

Sairauslomaa kirjoitetaan työstäsi riippuen. Kotiuttava hoitaja antaa lääkärin kirjoittaman todistuksen.

Kotiutuminen ja jatkohoito

Lasku annetaan kotiutettaessa tai postitetaan kotiin. Kotiuttava hoitaja tilaa Sinulle tarvittaessa lääkärin luvalla taksikyydin (paaritaksi jos matka yli 30 min), jolloin maksat vain omavastuun taksissa. Varaudu esittämään Kela-korttisi kuljettajalle.

Katso seurantakäynnit erillisestä lomakkeesta.

Seurantakäynnillä Sinulle tehdään alaraajanpainemittaus (ABI-mittaus) ja verisuonikirurgi tarkistaa vointiasi.

Muista jatkossa aina mainita lääkärin vastaanotolla, että Sinulle on laitettu vatsa-aortan proteesi. Kaikki tulehdukset tulee hoitaa viivytyksettä, varsinkin hampaiden alueella.

Mikäli toipumisessasi on ongelmia (esimerkiksi tulehdusoireet, hengenahdistus, lisääntyvä kipu tai muut toimenpiteeseen liittyvät asiat) 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. *Hakeudu päivystysvastaanotolle heti jos haava alkaa punoittamaan, Sinulle nousee kuume tai jalkaan tulee katkokävelyoire tai leposärkyä.*

Mikäli Sinulle jäi kysyttävää osastolla tapahtunutta hoitoasi koskien, voit soittaa osastollemme (016) 328 4200 (mielellään iltapäivisin). Jos asiasi koskee seurantakäyntejä, ole yhteydessä verisuonikirurgian poliklinikkaan (016) 328 2321.

(Ohje on laadittu Käypähoito-ohjeita mukailleen.)

Toivotamme hyvää vointia!

Lähteet:

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

Lyhki-yksikkö 2009. Potilasohjeiden pohja.

Manninen Kati 2013. Tekonivelleikkauksen potilasohje.