



ETURAUHASSYÖVÄN LEIKKAUS (PROSTATECTOMIA), KOTI- HOITO-OHJE

Tavoittemme on, että saat tietoa toipuaksesi leikkauksestasi mahdollisimman hyvin kotioloissa, mutta myös tietääksesi, missä tilanteissa on hakeuduttava uudelleen hoitoon. Toivomme, että suullinen ohjaus ja kirjalliset ohjeet auttavat tavoitteeseen pääsemisessä ja selkiyttävät myös käsitystäsi sairautesi hoidosta Lapin sairaanhoitopiirissä.

Virtsan karkailu

Leikkauksen jälkeen voi olla ongelmia virtsaamisessa. Katettrin poiston jälkeen esiintyy yleensä jokin aikaa kiireistä virtsaamisen tarvetta ja virtsaa saattaa karata housuihin. Virtsavaivat voivat johtua myös ahtaumasta leikkausalueella, jolloin ne jatkuvat pidempään. Virtsauksen sujumista selvitetään leikkauksen jälki- tarkastuksessa.

Verivirtsaisuus

Leikkauksen jälkeen virtsassa saattaa esiintyä ajoittain verta. Lievä verivirtsaisuus ei ole vaarallista, jos virtsa kulkee hyvin. Mikäli havaitset virtsassasi verta, lepäile muutama tunti. Useimmiten verisyys häviää liikkumista vähentämällä itsestään. Jos virtsan verisyys lisääntyy, alkaa esiintyä hyytymiä tai virtsan kulku pysähtyy kokonaan, ota yhteyttä omaan terveyskeskukseen virka-aikana tai päivystykseen virka-ajan ulkopuolella. Eturauhassyöpäleikkauksen jälkeen katetroinnissa on oltava erityisen varovainen, mistä on syytä muistuttaa hoitohenkilökuntaa hoitoon hakeutuessasi.

Lääkehoito

Kivut jatkuvat yleensä pikkuhiljaa helpottaen 1–2 viikon ajan leikkauksen jälkeen. Kivulääkettä kannattaa käyttää siten, että pystyt hengittämään vapaasti ja liikkumaan. Syöpäsairauden yhteydessä laskimotukoksia ehkäisevä lääkitys jatkuu kotona leikkauksen jälkeen. Kotiuttava hoitaja ohjaa Sinulle lääkitykseesi liittyvät asiat ja antaa mukaasi tarvittavat reseptit.

Liikkuminen

Raskaat työt ovat kiellettyjä noin kuukauden ajan. Ponnistelu voi aiheuttaa verivirtsaisuutta ja vatsalihaksilla ponnistaminen saattaa johtaa haavan aukeamiseen tai tyrän muodostumiseen. Rauhallinen kävely on hyvää liikuntaa toipumisaikana, mutta talvikeleillä kannattaa varoa liukastumisesta johtuvia äkkinäisiä liikkeitä.

Virtsan karkaamista voi hallita lantionpohjan lihaksistoa vahvistamalla. Saat harjoitusohjauksen ja kirjalliset ohjeet osastomme kuntohoitajalta, fysioterapeutilta tai hoitajilta.



Virtsasuihkun katkaiseminen virtsatessa on hyvä tapa saada tuntumaa sulkijalihakseen. Leikkauksesta aiheutuviin saumakohtaan ahtaumasta johtuviin virtsavaivoihin ei voi vaikuttaa lantionpohjan jumpalla, mutta se voi helpottaa tilannetta ongelman korjaamisen jälkeen.

Ravitseminen

Leikkauksesta toipuminen ei edellytä erityistä ruokavaliota. Juo mahdollisesta virtsan karkailusta huolimatta riittävästi, jotta virtsarakossa toimii luonnollinen huuhtelu. Kovan ulosteen ponnistaminen saattaa aiheuttaa verivirtsaisuutta. Mikäli Sinulla on taipumusta ummetukseen, kannattaa suolen sisältö pyrkiä pitämään pehmeänä runsaan juomisen lisäksi syömällä kuitupitoista ruokaa (puurot, leseet, täysjyväviljaleivät, kasvikset). Luumu on hyvä luonnollinen ulosteen pehmittäjä. Tarvittaessa voit hakea apteekista käsikauppavalmisteena myytävää ulostelääkettä.

Haavanhoito

Pidä haava puhtaana ja vältä haava-alueen koskettelua tulehtumisvaaran vuoksi. Voit käydä suihkussa normaalisti, poista haavasidos ennen suihkuun menoa. Suihkuta haava lämpimällä vedellä ja kuivaa leikkausalue painelemalla puhtaalla pyyhkeellä. Haavan voi tarvittaessa peittää puhtaalla sidoksella, siisti ja erittämätön haava saa olla ilman sidosta. Mahdollista poistetun dreenin aukkoa hoidetaan samoilla ohjeilla.

Ompeleet tai haavahakaset poistetaan sovittuna ajankohtana omassa terveyskeskuksessa, työterveyshuollossa, kotisairaanhoidossa tai (seniori)neuvolassa ____/____ 20____. Varaa aika etukäteen terveydenhoitajan tai sairaanhoitajan vastaanotolle omalta paikkakunnaltasi.

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

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

Haavan ympärille voi tulla mustelmaa. Se on merkki ihon alle tulleesta verenpurkaumasta ja häviää itseksensä.

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



Seksuaalisuus

Leikkauksen jälkeen potenssi säilyy suurella osalla potilaista. Potenssiin liittyvät ongelmat ovat useimmissa tapauksissa lääkkeillä autettavissa. Lääkehoidosta voit keskustella lääkärin kanssa jälkitarkastuksessa. Kaikilla potenssilääkkeillä on KELA:n peruskorvattavuus prostatektomialeikkauksen jälkeen.

Seksuaalisuuteen liittyvää ohjausta ja keskusteluapua on mahdollista saada Lapin keskussairaalan seksuaalineuvontapoliklinikalla.

Sairausloma

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

Kotiutuminen ja jatkohoito

Lasku annetaan kotiuttaessa tai postitetaan kotiin. Kotiuttava hoitaja tilaa Sinulle tarvittaessa lääkärin luvalla taksikyydin Lapin taksikeskuksesta, jolloin saat matkakorvauksen heti taksissa. Varaudu esittämään Kela-korttisi kuljettajalle.

Ensimmäinen leikkauksen jälkeinen **seurantakäynti** leikkauksen jälkeen on Lapin keskussairaalan urologian poliklinikalla noin kolmen kuukauden kuluttua. Saat kontrolliajan ja tarkemmat ohjeet kotiutuessasi tai kirjeitse kotiin.

Tarkastuksessa varmistetaan siitä, ettei leikkausalueelle ole kehittynyt ahtaumaa ja että virtsaamiskyky on säilynyt. Samanaikaisesti tiedustellaan virtsan karkaamista ja seksuaalisten toimintojen häiriöitä, joita hoidetaan tarvittaessa. Jos PSA-pitoisuus on mittaamattomissa ja patologin lausunnon mukaan kyseessä on eturauhaseen rajoittunut syöpä, leikkausta voidaan pitää parantavana eikä lisähoitoja tarvita.

Sairauden seuranta jatkuu joka tapauksessa ensimmäisen seurantakäynnin jälkeenkin Lapin keskussairaalan urologian poliklinikalla tai omassa terveyskeskuksessa (tai muualla avoterveydenhuollossa) sairauden laadusta ja hoidon vaiheesta riippuen. Ohjeet **jatkoseurannasta** saat ensimmäisellä seurantakäynnilläsi.

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 päivystyksestä (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 Lapin keskussairaalan urologian poliklinikkaan (016) 328 2318.

(Ohje on laadittu Käypähoito-ohjeita mukaillen.)

Toivotamme hyvää vointia!