



Potilasopas

Kyynärpään tekonivel- leikkaus

Ota tämä opas mukaan tullessasi
Coxaan

Tekonivelsairaala

COXA

Tekonivel- sairaala Coxa

Coxa on **Suomen ainoa**, puhtaasti **tekonivelleikkauksiin erikoistunut sairaala**, joka työllistää yli 350 alan huippuosaajaa. Teemme yli 6500 tekonivelleikkausta vuosittain. Coxan potilasturvallisuus on kansainvälisesti tarkasteltuna alansa huippuluokkaa.

Lue lisää: coxa.fi

Sisäänkäynti



Yhteystiedot

ASIAKASPALVELU

Puhelin **03 311 715**
asiakaspalvelu@coxa.fi

TEKONIVELSAIRAALA COXA

Niveltie 4, 33520 TAMPERE

www.coxa.fi

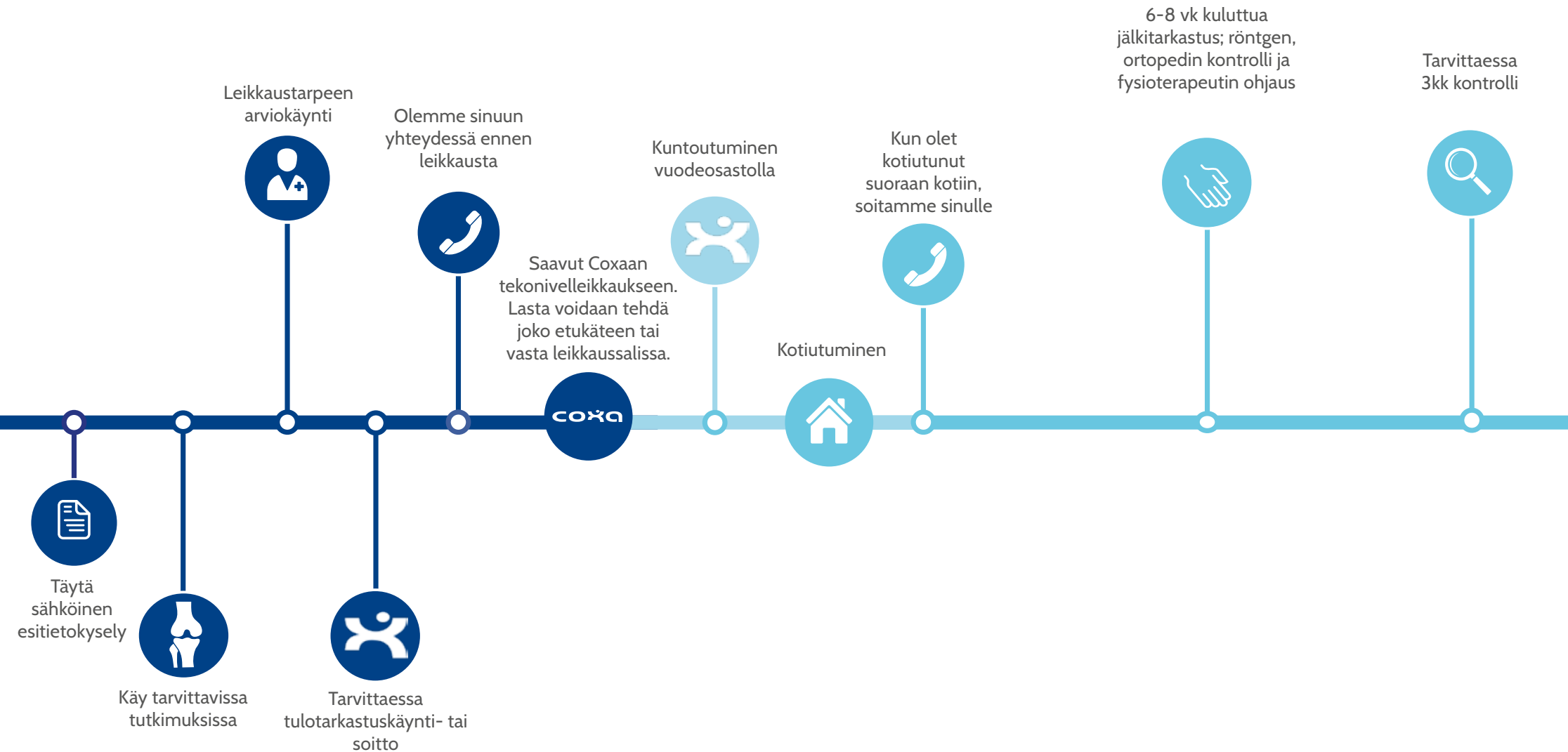
Sisällysluettelo

ENNEN LEIKKAUSTA.....	8
Kyynärpään tekonivelleikkaus.....	10
Turvallisen leikkauksen edellytykset.....	12
Leikkaustarpeen arviokäynti.....	16
Tekonivelleikkaus.....	18
Valmistautuminen tekonivelleikkaukseen	20
LEIKKAUS JA TOIPUMINEN	22
Leikkauspäivä.....	24
Kipu.....	26
Kotiutuminen.....	28
Ongelmatilanteet.....	31
KUNTOUTUMINEN JA HARJOITTELU	34
HYVÄ TIETÄÄ.....	44
Sairaalassa huomioitavaa	46
Hoitohenkilökunta sinua varten	47
Matkakorvaukset.....	48
Potilashotelli.....	49
Saapuminen	50
Usein kysytyt kysymykset.....	52

HOITOPOLKU

- Ennen leikkausta
- Leikkauksen jälkeen

Tekonivelsairaala
COXA



Ennen leikkausta



KYYNÄRPÄÄN TEKONIVEL-LEIKKAUS

Kyynärpään tekonivelleikkauksen syynä on useimmiten reumasairauden aiheuttamat nivelmuutokset, olkaluun alaosan murtuma tai nivelrikko.

Nivelreuma on autoimmuunireaktioon liittyvä tulehdussellinen sairaus, jossa tulehdussolut vaurioittavat omia kudoksia. Nivelkalvo ärtyy ja nivelrusto vaurioituu. Nivel kipeytyy, turpoaa ja jäykistyy.

Nivelrikossa muutokset etenevät yleensä hitaasti vuosien kuluessa. Nivelruston pinta rikkoutuu ja voi kulua puhki, jolloin luut pääsevät hankaamaan vastakkain. Ärsytyksen johdosta nivelkalvo ärtyy, alkaa turvotella ja jäykistyä. Elimistö ei pysty korjaamaan vaurioitunutta nivelrustoa. Nivelrikon hoidon tavoite on kivun hallinta, toimintakyvyn ylläpitäminen ja nivelrikon pahenemisen estäminen.

Pitkälle edennyt nivelvaurio aiheuttaa kipua ja liikerajoitusta kyynärpäähän. Toimintakyky arjen askareissa vaikeutuu muutosten lisääntyessä.

Riskitekijät

Nivelrikon riskitekijöitä ovat perimä, nivelvammat ja niihin liittyvät nivelsidevauriot, raajan virheasennot sekä kuormittava työ.

Ikääntyminen heikentää nivelruston mekaanisia ominaisuuksia sekä kudosten aineenvaihduntaa. Nämä altistavat nivelruston vaurioitumiselle. Nivelreuman riskitekijöitä ei tunneta. Tupakointi ja perinnöllinen alttius kuitenkin lisää sairastumisriskiä.

Liikunta

Tekonivelleikkaus on hyvä tehdä vasta kun muut keinot on jo kokeiltu. Tekonivel ei vastaa tervettä niveltä. Liikunta parantaa lihasten hermotusta ja verisuonitusta sekä ylläpitää lihasvoimaa ja nivelliikkuvuutta. Lihasvoima- sekä aerobinen harjoittelu vähentävät tutkitusti kipua ja parantavat toimintakykyä nivelrikkopotilailla.

Monipuolinen liikunta sopii nivelrikkoiselle nivelelle. E erityisen tärkeää on liike- ja lihasvoimaharjoittelu. Jos nivel kipeytyy liikunnasta voimakkaasti, käytä kipulääkettä liikkumisen tukena tai kevennä rasiitusta. Myös hyötyliikunta lasketaan liikunnaksi.

Lääkehoito

Nivelrikkoon ei ole parantavaa lääkettä. Lääkehoidon tarkoitus on lievittää oireita ja parantaa toimintakykyä. Kipulääkkeen käyttö helpottaa nivelen käyttämistä

Kivunhoidon ensisijainen lääke on parasetamoli. Jos sen teho ei riitä, voidaan hoidoksi liittää tulehduskipulääkkeitä. Tulehduskipulääkkeiden haittavaikutukset ja riskit arvioidaan yksilöllisesti. Jos kipulääkkeiden teho ei riitä, voidaan lääkärin ohjauksessa käyttää keskushermostoon vaikuttavia kipulääkkeitä. Lyhytaikaista apua voidaan yksilöllisesti saada myös nivelen sisäisillä glukokortikoidi- ja hyaluronaattiruiskeilla.

Lääkkeettömät hoidot

Kipua voi hallita myös monin lääkkeettömin keinoin:

- kylmä- ja lämpöhoidot sekä hieronta voivat helpottaa kipua ja turvotusta
- rentoutuminen ja riittävä uni
- painonhallinta ja terveellinen ravitsemus

Kivunhoidon onnistumista tukee myös sosiaalisista suhteista huolehtiminen, stressin välttäminen, tunteista puhuminen ja positiivisesti ajatteleminen. Näillä on todettu olevan myönteistä vaikutusta kivun hallintaan.

Tekonivelleikkaus

Leikkauksessa vaurioituneet nivelpinnat korvataan tekonivelellä. Tekonivelleikkaus tehdään yleensä pleksuspuudutuksessa, jonka lisäksi voidaan käyttää yleisanestesiaa eli nukutusta. Lisää tekonivelleikkauksesta sivuilla 18-19.

TURVALLISEN LEIKKAUKSEN EDELLYTYKSET

Turvallisen tekonivelleikkauksen edellytyksenä on, että tietyt terveyteen vaikuttavat tekijät ovat hyvässä tasapainossa, kuten:

- Pitkäaikaisverensokeri ja diabetes
- Suu ja hampaat
- Iho
- Hengitys-, sydän- ja verenkiertoelimistön sairaudet

Pitkäaikaissairaudet hoitotasapainoon

Tekonivelleikkaukseen tullessa on tärkeää, että pitkäaikaissairaudet ovat mahdollisimman hyvässä hoitotasapainossa. Hyvä pitkäaikaissairauksien hoitotasapaino varmistaa leikkauksen sujumisen turvallisesti, edistää toipumista ja haavan paranemista sekä vähentää leikkauriskejä.

Erityisesti hengitys-, sydän- ja verenkiertoelimistön sairauksien sekä diabeteksen hoitotasapainon tulee olla mahdollisimman hyvä. Miesten eturauhasen liikakasvuun liittyvät virtsaamisvaikeudet on hyvä hoitaa ennen leikkaukseen tuloa. Keskustele pitkäaikaissairauksien hoidosta terveyskeskus- tai työterveyslääkärin kanssa hyvissä ajoin ennen leikkaukseen tuloa.

Suu ja hampaat

Suun, hampaiden ja ikenien tulehdukset lisäävät tekonivelinfektioriskiä. Suosittelemme hammaslääkärin tarkastusta kaikille potilaillemme ennen tekonivelleikkausta.

Todetut perussairaudet, kuten diabetes ja reuma, säännöllinen tupakointi sekä runsas alkoholin käyttö nostavat tulehdusriskiä. Näissä tilanteissa edellytämme hammaslääkärin lausuntoa suun tilanteesta ennen leikkaustoimenpiteitä. Neuvomme tällöin hakeutumaan oman hoitavan hammaslääkärin tutkimukseen terveyskeskukseen tai yksityiselle hammaslääkärille. Hammaslääkärin lausunto on voimassa 6kk.

Terve iho suojaa tulehduksilta

Ihon rikkoumat ovat tulehdusriski ja tämän vuoksi ihon on oltava kunnossa ennen ja jälkeen leikkauksen. Bakteerit voivat levitä verenkierron mukana niveleen ja aiheuttaa tekonivelinfektion. Jos välittömästi ennen leikkausta havaitaan ihorikkoumia, on mahdollista, että suunniteltua leikkausta joudutaan siirtämään. Jos käyt jalkahoidossa, ajoita käynti viimeistään 2 viikkoa ennen leikkausta. Kynsien leikkaus ja halutessasi säärakarvojen- tai parranajo muutamaa päivää ennen leikkausta. Poista kynsilakka, korut ja lävistykset leikkausta edeltävänä päivänä. Ihon hoito-ohjeita ja neuvontaa saat oman terveyskeskuksen hoitajalta.

Painonhallinta ja ravitsemus

Keho tarvitsee leikkauksesta palautuakseen energiaa ja terveellisen ravinnon merkitys on suuri. Ruokailutottumuksia on hyvä muokata parempaan suuntaan jo hyvissä ajoin ennen leikkausta. Huomattava ylipaino voi vaikeuttaa leikkauksen teknistä suorittamista sekä hidastaa haavan paranemista ja toipumista. Ylipainon on todettu lisäävän tekonivelen tulehdusriskiä ja altistavan tekonivelen normaalia nopeammalle kulumiselle ja jopa tekonivelen irtoamiselle.

Säännöllinen ateriarytmi pitää veren glukoosipitoisuuden tasaisena ja hillitsee nälän tunnetta. Se auttaa syömään kohtuullisesti ja vähentää houkutusta napostella. Huomioi myös annoskoot. Lautasmalli on hyvä apu aterian koostamisessa.

Nesteen tarve on yksilöllinen. Siihen vaikuttaa ikä, fyysinen aktiivisuus sekä ympäristön lämpötila. Myös lääkitys vaikuttaa nestetasapainoon, joten huolehdi riittävästä veden juonnista. Vesi on paras janojuoma. Päivässä suositellaan juomaan 1–1,5 litraa. Sokeroituja ja makeutettuja juomia ei tule käyttää säännöllisesti.

Lisää	Vaihda	Vähennä
<ul style="list-style-type: none"> • Kasvikset (erityisesti juurekset) • Palkokasvit (herneet, pavut, linssit). • Pähkinät ja siemenet. • Marjat, hedelmät • Kalat ja muut merenelävät 	<ul style="list-style-type: none"> • Vaaleat viljavalmisteen → täysjyväviljavalmisteen • Voi, voita sisältävät levitteet → kasvisöljyt, kasviöljypohjaiset levitteet • Rasvaiset maitovalmisteen → vähärasvaisemmat / rasvattomat maitovalmisteen 	<ul style="list-style-type: none"> • Lihavalmisteen • Punainen liha • Lisättyä sokeria sisältävät tai alkoholia sisältävät juomat ja ruoat • Suola

PÄIHTEET

Runsas tai säännöllinen alkoholin ja muiden päihteiden käyttö täytyy lopettaa **kaksi kuukautta** ennen leikkausta. Jos lopettaminen on vaikeaa, saat siihen apua oman terveyskeskuksesi päihdehoitajalta.

Päihteiden käytön haitat

- altistaa tapaturmille
- alkoholin tai huumeiden yhteisvaikutus käytettävien lääkkeiden kanssa voi olla vaarallinen
- vieroitusoireet vaikeuttavat leikkauksesta toipumista ja kuntoutumista merkittävästi

Jatkuva runsas päihteiden käyttö voi olla esteenä tekonivelleikkaukselle. Päihteiden käyttöä kysytään ennen leikkausta täytettävällä AUDIT-lomakkeella.

Tupakointi ja tupakkavalmisteet

Tupakointi ja tupakkavalmisteet (kuten nuuska) tulisi lopettaa heti kun leikkausta suunnitellaan. Paras hyöty saadaan tutkimusten mukaan, kun tupakointi ja tupakkavalmisteet **lopetetaan vähintään kaksi kuukautta ennen leikkausta**.

Tupakkavalmisteiden haitat:

- haavan paraneminen hidastuu ja haavainfektion riski lisääntyy merkittävästi
- verenkierto ja kudosten hapetus heikkenee
- vaurioittaa verisuonia ja lisää laskimotukosriskiä
- leikkaukseen liittyvien hengitysongelmien riski lisääntyy
- hidastaa luun paranemista merkittävästi
- vaikuttaa lääkeaineiden imeytymiseen

Coxa on savuton sairaala. Tarvittaessa voit ottaa mukaasi nikotiinilaastareita tai -purukumia.

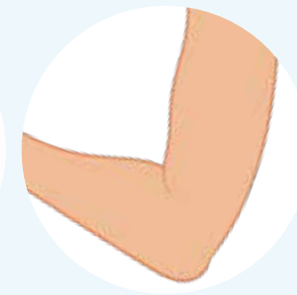
Tupakkavalmisteet haittaavat toipumista.

Tupakkavalmisteiden käyttö on lopetettava viimeistään **2kk** ennen leikkausta.

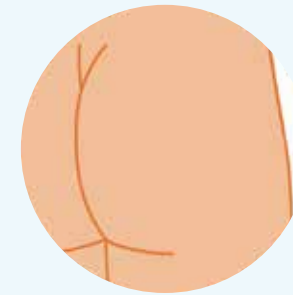
IHON TARKISTUS



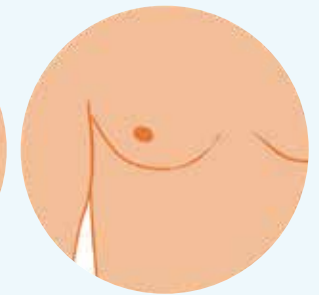
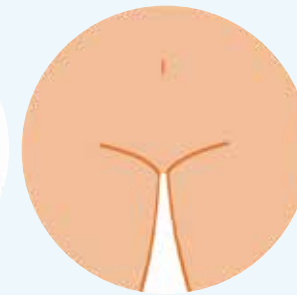
1. Varvasvälit



2. Leikkausalue



3. Taivealueet



5. Rintojen aluset

Iho on terve ja ehjä, eikä siinä ole:

- tulehtunutta ihottumaa
- varvasvälitulehduksia
- kynsivallintulehdusta
- säärihaavaa
- hautumia tai hiertymiä
- palovammoja.



LEIKKAUSTARPEEN ARVIOKÄYNTI

Tekonivelleikkauspäätös tehdään aina ortopedin ja potilaan yhteisen harkinnan perusteella. Läheisesi on tervetullut tueksi Coxaan jo leikkaustarpeen arviokäynnistä lähtien.

Leikkauspäätös

Kun nivelkipu häiritsee arkiaskareita tai nivelessä on leposärkyä eikä lääkitys enää auta, voidaan harkita tekonivelleikkausta. Tekonivelleikkauksen avulla toimintakyky voidaan parantaa. Toisille potilaille tämä tarkoittaa parempaa kykyä selviytyä jokapäiväisissä askareissa, toisille mahdollisuutta jatkaa liikunnallisesti aktiivista elämäntapaa.

Mikäli nivelen tilanne ei vielä vaadi tekonivelleikkausta, arvioidaan oireita ja nivelrikon etenemistä tarpeen mukaan. Leikkauspäätökseen vaikuttaa nivelen tilanteen lisäksi myös potilaan yleinen terveydentila.

Yksilöllisesti sopivin tekonivelmalli

- Tekonivelen valintaan vaikuttavat mm. ikä, luustorakenne, luun laatu ja aktiivisuus.
- Tekonivelmateriaaleja ovat titaani ja kovamuovit.
- Coxassa käytetään tarkasti valittuja ja luotettaviksi todettuja tekonivelmalleja. Tekoniveliä Coxalle toimittavat mm. Zimmer Biomet ja DePuy Synthes.

Tekonivelleikkaukseen liittyvät riskit

Tekonivelleikkaus Coxassa on varsin turvallinen toimenpide, johon liittyvät komplikaatiot ovat harvinaisia. Kaikkiin leikkaustoimenpiteisiin sisältyy kuitenkin riskiä. Näistä riskeistä ortopedi keskustelee kanssasi ennen leikkauspäätöksen tekemistä. Hyvällä hoidonsuunnittelulla, leikkaustekniikalla ja oikealla lääkityksellä näitä voidaan merkittävästi ehkäistä. Katso sivulta 12-13 turvallisen tekonivelleikkauksen edellytykset.

Mahdollisia riskejä ovat esim

- haava- ja tekonivelinfektiot
- kirurgisen toimenpiteen ja anestesian riskit
- luunmurtumat
- perussairauksien paheneminen

Hyvä lopputulos on yhteistyötä

Yksin tekonivelleikkaus ei aina tuo kivuttomuutta ja paranna toimintakykyä, mutta luo edellytykset niiden saavuttamiselle.

- Hyvän lopputuloksen saavuttamiseksi sinulta edellytetään kivusta huolimatta varhaista liikkeelle lähtöä ja harjoittelua saamiesi ohjeiden mukaan.
- Coxan henkilökunta on sitoutunut tekemään parhaansa, jotta saat hyvin toimivan tekonivelen.

TEKONIVELLEIKKAUS

Kyynärpää



1. Kyynärnivelel avataan takakautta



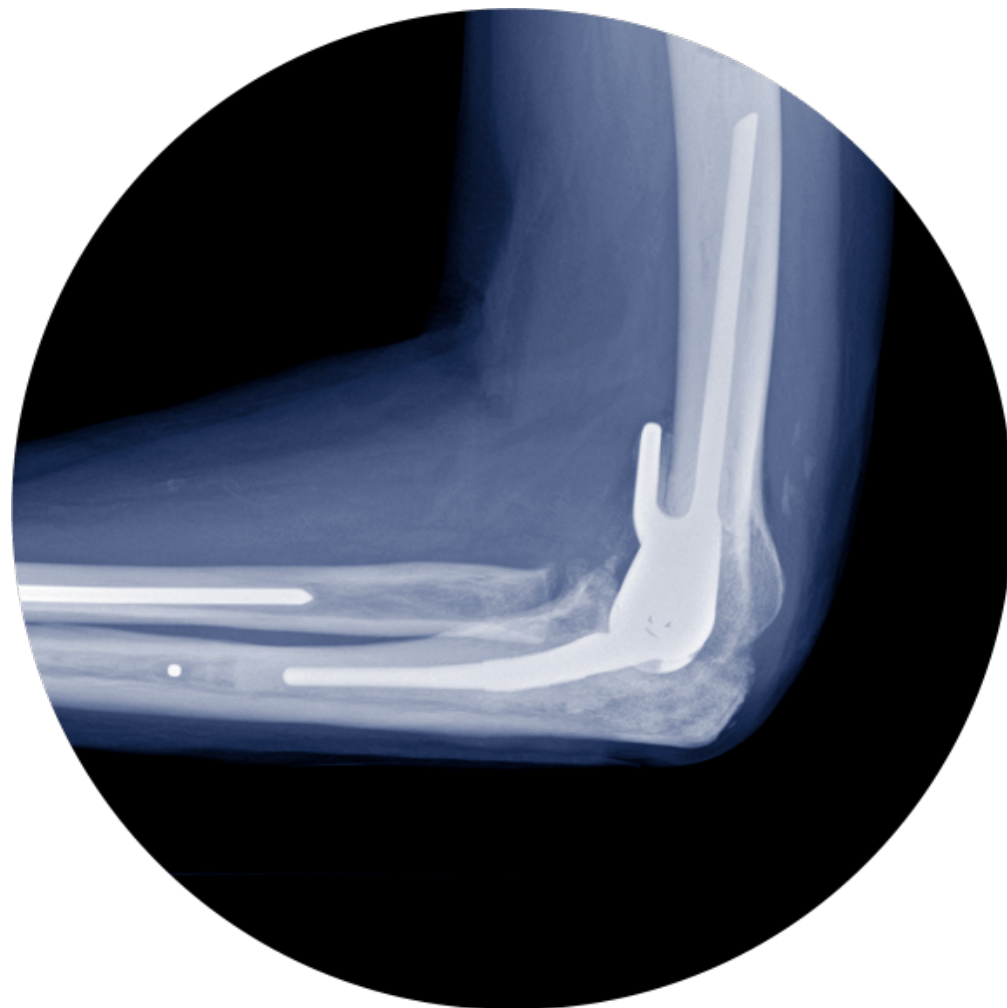
2. Luiden pinnat muotoillaan tekoniivelen kiinnittämiseksi ja tehdään tarvittavat pehmytkudosisvapautukset



3. Tekoniivelosat koe sovitetaan



4. Lopullinen tekoniivel asemoidaan paikoilleen ja kiinnitetään luusementillä



VALMISTAUTUMINEN TEKONIVELLEIKKAUKSEEN

Valmistele kotiutumisesi

Koska hoitoaika Coxassa on lyhyt, on hyvä miettiä jo etukäteen leikkauksen jälkeistä kotona selviytymistä. Pyydä läheisesi mukaan tukemaan leikkauksen jälkeistä kuntoutusta. Suosittelemme, että läheinen on kotona kanssasi tai saatavilla ainakin ensimmäisten päivien aikana. Ennakoi ruokahuoltosi. Selvitä kuka käy kaupassa ja apteekissa sekä miten kotityöt hoituvat leikkauksen jälkeen.

Leikkaus on vain yksi osa onnistunutta lopputulosta. Valmistaudu harjoittelemaan kivusta huolimatta. Rauhallinen mieli ja rentoutunut keho edistävät toipumista.

Kotiutuminen on turvallista, kun

- pukeutuminen ja hygienian hoito onnistuvat
- leikkauksen jälkeinen kipu on hoidettavissa kotona käytettävillä kivunhoitomenetelmillä
- tukihenkilö on saatavilla kotiutumisen jälkeen



VALMISTAUTUMISEN TARKISTUSLISTA

- Varmista läheisten tuki tai varaa ulkopuolinen apu
- Hoida pitkäaikaissairaudet mahdollisimman hyvään tasapainoon
- Tarkista ihon kunto (ks. sivu 15)
- Hoidata suu ja hampaat
- Lopeta
 - tupakointi ja alkoholin käyttö 2 kk ennen
 - omega-3-valmisteet ja luontaistuotteet 2 vko ennen
- Ennakoi ruokahuolto ja selvitä kuka käy tarvittaessa puolestasi kaupassa ja apteekissa
- Mikäli kotiutut omalla kyydillä, varmista että se on mahdollista jo leikkausta seuraavana päivänä
- Ota kotiutumista varten sairaalaan mukaan edestä avattava paita

Kotimatka

Voit kotiutua sairaalasta henkilöauton kyydissä. Mikäli kotiutut sairaalasta läheisesi kyydillä, huomioi että kotiutuminen voi olla ajankohtainen jo leikkauksesta seuraavana päivänä, myös iltaisin ja viikonloppuisin. Kotiutua voit myös taksikyydillä.

Lue KELAn matkakorvauksista tämän oppaan sivulta 52



Leikkaus ja toipuminen



LEIKKAUSPÄIVÄ

Saapuminen Coxaan

Leikkauspäivän aamuna saavut **ensimmäisen kerroksen aulaan 2**. Ilmoittaudu aulan itsepalveluautomaatilla kela- tai ajokortilla. Hoitajamme hakee sinut aulasta ja huolehtii, että olet valmis leikkaukseen. Vaihdat päälle potilasvaatteet, laitamme tavarasi säilytykseen ja toimitamme ne valmiiksi osastolle odottamaan sinua. Vaihdettuasi potilasvaatteet päälle annamme sinulle esilääkityksen, jonka jälkeen odostat leikkausosastolle siirtymistä.

Ensimmäisen kerroksen aula 2.



Leikkausosastolle

Hoitajamme tulee hakemaan sinut leikkausosastolle. Kerro rohkeasti, jos jokin asia tulevassa toimenpiteessä mietityttää sinua - vastaamme mielellämme kysymyksiisi.

Hoitoprosessi leikkaukseen valmistautumisesta valvomohoittoon kestää useamman tunnin. Itse tekonivelleikkaus kestää tavallisimmin 1–2 tuntia. Anestesia- ja sairaanhoitaja on kanssasi koko leikkauksen ajan ja seuraa vointiasi. Halutessasi voit vaikka nukahtaa.

Laadukkaan leikkaustuloksen todentamiseksi otamme röntgenkuvan leikatusta nivelestä välittömästi leikkauksen jälkeen. Sinut leikannut lääkäri kertoo sinulle leikkauksen sujumisesta.

Valvomon kautta osastolle

Leikkauksen jälkeen valvomossa seurataan toipumistasi ja puudutuksen poistumista. Aloitat kipulääkityksen anestesia- ja sairaanhoitajan suunnitelman mukaisesti.

Hoitajamme hakee sinut valvomosta, kun vointiasi sen sallii. Aloitat harjoittelun fysioterapeutin tai sairaanhoitajan ohjauksella mahdollisimman pian leikkauksen jälkeen. Osastolla otat vähitellen itse vastuun omasta kuntoutumisestasi.

Saat matkapuhelimesi käyttöön heti osastolle tullessasi. Läheiset voivat tiedustella vointiasi soittamalla suoraan sinulle.

KIPU

Leikkauksen jälkeinen kipu

Kivun lievityksestä huolimatta tekonivelleikkauksen jälkeinen kipu voi olla yllättävän kovaa, erityisesti ensimmäisen parin kuukauden aikana. Leikkaus aiheuttaa turvotusta, kuumatusta, paineen tunnetta ja mustelmia leikattuun raajaan. Leikkauksen jälkeinen kipu on erilaista kuin ennen leikkausta ja se helpottuu vähitellen.

Kipukokemus on aina yksilöllinen ja siihen vaikuttavat kudosisaurion lisäksi tunteet, asenteet, hormonitoiminta ja koko sen hetkinen elämäntilanne. Leikkauksen jälkeistä kipua arvioidaan vuodeosastolla hyödyntäen NRS-kipumittaria: ei kipua on 0 ja pahin mahdollinen kuviteltavissa oleva kipu on 10.

Kipulääkkeet

Kipu ja kipulääkkeiden tarve ovat hyvin yksilöllisiä. Käytä kipulääkkeitä leikkauksen jälkeen säännöllisesti, osastolta saamiesi ohjeiden mukaan. Kipulääkkeet on määrätty oikeinmukaiseen hoitoon ja voit vähentää niitä asteittain kivun helpottaessa.

Anna itsellesi aikaa toipua!

Aktiivinen kuntoutuminen vaatii säännöllistä kipulääkkeiden käyttöä. Kipu ei saa olla esteenä liikkumiselle ja harjoittelulle. Ensimmäisten viikkojen aikana kotiutumisesta on tarpeen ottaa kipulääkkeitä sairaalasta saadun ohjeen mukaisesti. Kotona arki on aktiivisempaa kuin sairaalassa, jolloin kipu ja turvotus voivat lisääntyä liikkumisen myötä.

Kuntoutumisen edetessä ja kivun helpottaessa ensin vähennetään ja lopetetaan mahdolliset keskushermoston kautta vaikuttavat kipulääkkeet. Sen jälkeen lopetetaan tulehduskipulääkkeet ja viimeisenä parasetamolivalmiste. Kipu saattaa jatkua leikkauksen jälkeen melko kovana muutamia kuukausia, esimerkiksi rasituksen jälkeen. Käytä kipulääkkeitä kunnes liikeharjoitteet sujuvat kohtalaisen kivuttomasti.

Muu kivunhoito

Lääkehoidon lisäksi suositellaan:

- liiku kohtuullisesti, mieluummin pieniä määriä useita kertoja päivässä
- muista levätä riittävästi
- kylmähoito ja kohoasento
- sormien liikeharjoittelu
- mielekäs tekeminen

Vatsan hyvinvointi

Vatsaa suojaavaa lääkitystä käytetään ohjeen mukaan leikkauksen aiheuttaman elimistön stressitilan ja kipulääkkeiden käytön vuoksi. Vatsansuojälääkitys ehkäisee mahalaukun limakalvon ärsytystä ja vaurioita.

Kipulääkkeet saattavat aiheuttaa ummetusta. Seuraa, että vatsasi toimii säännöllisesti. Tarvittaessa voit ostaa apteekista suolen toimintaa edistävää lääkitystä. Syö kuitupitoista ruokaa ja huolehdi riittävästä veden juonnista. Oman voinnin mukainen liikunta edistää myös vatsan toimintaa.

KOTIUTUMINEN

Kotiudut, kun kivut on hallinnassa, lastan sekä kantolenkin käyttö on sinulle tuttua ja kuntoutumisen eteneminen on sinulle selvää.

Hoitoaika Coxassa on lyhyt. On hyvä miettiä jo etukäteen leikkauksen jälkeistä kotona selviytymistä, esimerkiksi kaupassa käyntiä, ruuan laittoa ja peseytymistä.

Vuodeosastolta kotiutuessa kipujen lisäksi yleiskuntoa heikentävät ensi viikkoina veriarvojen muutokset, voimakkaiden kipulääkkeiden käyttö ja vatsan toiminnan ongelmat. Nämä aiheuttavat muun muassa huonovointisuutta, huimausta, väsymystä, ummetusta tai ripulia. Edellä mainituista syistä myös rasituksensietokyky on alentunut ja ulkopuolisen avun tarve voi kasvaa.

Saat reseptit kotona käytettäviin kipulääkkeisiin ja vatsansuojalääkkeeseen sekä tarvittaessa pahoinvoinnin estolääkitykseen. Läheisen mukanaolo kotiutumistilanteessa lisää kotiutumisen turvallisuutta. Huomioi, että kotiutuminen voi tapahtua myös illalla ja viikonloppuna. **[Et välttämättä tapaa leikkannutta lääkäriä ennen kotiutumista.](#)**

Tekonivelleikkauksen jälkeen voit kotiutua Coxasta läheisen kyydillä tai tavallisella taksilla. Sovit kotiutumiskyydistä osastolla sairaanhoitajan kanssa leikkauksen jälkeen.

Soita Coxaan jos huomaat kotona, että lasta hiertää, painaa, aiheuttaa kipua tai tuntuu muuten epämukavalta.



Kotisoitto

Sairaanhoitajamme soittaa sinulle noin viikon kuluttua leikkauksesta, jos olet kotiutunut Coxasta suoraan kotiin. Mikäli jokin leikkaukseen liittyvä asia on jäänyt mietityttämään sinua, voit kysyä siitä hoitajalta.

Turvotus ja mustelmat

Turvotus haava-alueella ja koko leikatussa raajassa on normaalia. Turvotuksen laajuus ja kesto vaihtelevat yksilöllisesti ja turvotus saattaa kestää useita kuukausia. **Ensimmäisen kahden viikon aikana turvotuksen ennalta ehkäisy on tärkeää haavan paranemisen vuoksi. Haavan paranemisiongelmat johtuvat usein turvotuksesta.** Leikattua yläraajaa kannattaa pitää istuessa vaakatasossa ja selinmakuulla levätessä tyynyjen päällä. Kohoasento ja kylmähoito useamman kerran päivässä vähentävät turvotusta. Mustelmia muodostuu usein leikkaushaavan ympäristöön, mutta ne häviävät itsestään. Mustelmat saattavat olla kivuliaita ja niiden parantuminen vie usein pitkänkin ajan.

Haavan seuranta

Haava-alueen normaaliin paranemiseen liittyy punoitus ja kuumotus, joka saattaa lisääntyä harjoittelun jälkeen. Lämpötila leikkaamattomaan raajaan verrattuna on normaalia vielä useita kuukausia toimenpiteen jälkeen.

- Pidä haavasidosta viikko leikkauksesta ja voit poistaa sidoksen lastan poiston yhteydessä. Mikäli haava vielä vuotaa tämän jälkeen, suojaa haava sidoksella kunnes se on kuiva. Haavan ollessa kuiva voi sen kastella normaalisti suihkussa.
- Sidos pitää vettä jos se on tiiviisti iholla, sidoksen kanssa voi käydä suihkussa.
- Tarvittaessa vaihda haavasidos aina puhtain, pestyin käsin.
- Lasta on hyvä suojata vedeltä muovilla suihkussa käydessä

Ompeleiden poisto

Varaa kotiuduttuasi aika ompeleiden poistoa varten kotikunnan terveyskeskuksesta, kotisairaanhoidosta, työterveydestä tai yksityiseltä palveluntarjoajalta. Saunaan voi mennä, kun ompeleiden poistosta on kulunut vuorokausi, eikä haavasta tule eritettä.

Arven hoito

- Arpi on usein kuiva, kiristävä, kova, punainen ja kutiseva.
- 3 viikon kuluttua leikkauksesta voit aloittaa arven rasvauksen ja kevyen hieronnan perusvoiteella tai ihoöljyllä. Tämä ehkäisee arven kiristymistä ja kiinnittymistä ihon alla oleviin kudoksiin.
- Arven liikakasvua voi hoitaa silikonituotteilla. Erilaisia voiteita, geelejä ja levyjä saa apteekista.
- Arpi vaalenee ja tasoittuu yleensä noin vuoden kuluessa.

Seuranta

Tekonivelsairaala Coxa vastaa leikkaamiensa tekonivelpotilaiden seurannasta. Teille lähetetään ohjekirje, oirekyselyt ja/tai lähete röntgenkuvaukseen 1-5 vuoden välein leikkauksen jälkeen. Tarkemmat ohjeet saat, kun tekonivelesi seuranta on ajankohtainen.

Kyynärpään arpi 6 viikon kuluttua leikkauksesta



Ongelmatilanteet

Ota aina yhteyttä Coxaan p. 03 311 715 jos leikkausalueella on ongelmia tai:

- lasta hiertää, painaa, aiheuttaa kipua tai tuntuu muuten epämuikavalta
- kivut lisääntyvät lääkityksestä, kohoasennosta ja levosta huolimatta
- lämpösi on vuorokauden ajan yli 38°C

	KAIKKI ON HYVIN, KUN:	SOITA COXAAN, JOS:	HAKEUDU PÄIVYSTYKSEEN, JOS:
LASTA	Kohoasento ja kylmähoito auttavat särkyyn ja turvotukseen.	Lasta kiristää tai painaa , tuntuu liian löysältä tai muuten epämuikavalta tai sinulle nousee kuume.	
KIPU	Leikkauksen jälkeinen kipu helpottuu kipulääkkeillä.	Säännöllisestä kipulääkityksestä huolimatta kipu leikatussa raajassa yltyy sietämättömäksi ja estää nukkumista tai käden käyttöä.	Raaja on poikkeuksellisen kivulias ja kuumottava.
TURVOTUS	Leikkauksen jälkeinen turvotus laskee yön aikana ja koholla pidettäessä. Turvotusta voi olla useamman viikon/ kuukauden ajan.	Turvotus lisääntyy voimakkaasti. Oireet eivät vähene yön aikana eikä kohoasento helpota turvotusta.	
UMMETUS	Vatsa toimii normaalisti.	Olosi on kuvottava tai kärsit voimakkaista vatsakivuista. Vatsa ei toimi edes vatsantointimintaa edistävillä lääkkeillä.	Kärsit toistuvasta oksentelusta. Et pysty syömään tai juomaan. Yleisvointi heikkenee.
RUOKAHALU	Ruokahalu on pääosin normaali. Ajoittain voi olla kuvottavaa oloa.	Ruokahalu on huono. Kärsit satunnaisesta oksentelusta ja pahoinvoinnista, jonka vuoksi et voi käyttää lääkkeitä.	

Älä aloita haavan paranemisoongelmaan liittyvää antibioottilääkitystä ennen kuin Coxan lääkäri arvioi sen tarpeellisuuden.



Kuntoutuminen



KUNTOUTUMINEN KYYNÄRPÄÄN TEKONIVELLEIKKAUKSESTA

Lastan käyttöaika

Kyynärniveli tuetaan leikkauksen jälkeen lastalla, jota käytetään ensimmäisen viikon ajan. Lasta poistetaan vain jos sidokset pitää vaihtaa.



Suihkussa käynnin yhteydessä leikkausalue suojataan muovilla. Liikkuessa yläraaja tuetaan kantositeellä.



Leikkaushaavan hankautumista tai ulkopuolista painetta tulee välttää ensimmäisen kahden viikon ajan. Nukkua voi joko selinmakuulla tai leikkaamattoman puolen kyljellä. Leikattu yläraaja tuetaan tyynyillä rentoon asentoon.



Leikkauksen yhteydessä kyynärpäähän ojentajajänne yleensä irroitetaan ja kiinnitetään uudelleen ompelemalla. Kudosten paraneminen vie keskimäärin kuusi viikkoa ja tänä aikana leikattua kyynärpäätä ei saa ojentaa aktiivisesti. Pukiessa kyynärnivelen aktiivisen ojentamisen rajoitus huomioidaan siten, että leikatun puolen hiha puetaan ensin ja riisutaan viimeisenä. Kurkottelukiellon vuoksi sukia ja kenkiä ei voi vielä pukea leikatulla yläraajalla. Peseytymistilanteissa tulee myös huomioida, ettei vielä kurkottele leikatulla yläraajalla.

Asentohoito

Yläraajan kohoasento vähentää turvotusta leikkausalueelta.



Sormien liikeharjoitukset

Aloita nämä heti, kun puudutuksen vaikutus lakkaa

1. Purista sormia nyrkkiin ja avaa sormet suoriksi.
2. Loitonna ja lähennä sormia.
3. Purista peukaloa vuorotellen yhteen jokaisen sormen kanssa.



Ranteen liikeharjoitukset

Liikuta rannetta lastan sallimissa rajoissa.

Olkapään liikeharjoitukset

1. Nosta leikattua yläraajaa ylös niin pitkälle kuin saat. Tue leikattua yläraajaa vastakkaisella kädellä.



2. Nosta leikattua yläraajaa sivulle niin pitkälle kuin saat. Tue leikattua yläraajaa vastakkaisella kädellä.

3. Vie leikattua yläraajaa taaksepäin niin pitkälle kuin saat. Leikattu yläraja voi tukeutua kantositeeseen liikkeen aikana.



4. Tee olkapään rentoa, pientä kiertoa etukumarassa asennossa. Leikattu yläraja tukeutuu joko kantositeeseen tai vastakkaiseen yläraajaan.



Kaikissa olkapääharjoitteissa pidetään hartiat rentoina. Hyvään ryhtiin, hartioiden rentouteen ja symmetriseen asentoon on hyvä kiinnittää huomioita muutenkin, esimerkiksi kävellessä, istuessa ja levätessä.



VIIKON KULUTTUA LEIKKAUKSESTA

Lastan saa jättää pois käytöstä viikon kuluttua leikkauksesta. Kantosidettä käytetään vielä ainakin tämän viikon ajan. Leikattua yläraajaa kannattaa pitää vielä kohoasennossa mahdollisimman paljon. Kevyttä koukistusharjoitusta saa jo tehdä, mutta leikattua yläraajaa ei ole vielä lupa käyttää arkiaskareissa.

Kyynärnivelen koukistusharjoitus seisten ja painovoima-avusteinen ojennus

1. Seiso peilin edessä. Anna kyynärnivelen ojentua painovoiman avulla, pidä kyynärvarsi hetken ojentuneena.

2. Koukista kyynärniveli suoraan kulmaan, pidä hetki koukkuasennossa.

3. Palauta raajan omalla painolla takaisin alas.

Toista liikkeitä 5–10 kertaa, pidä lepotauko ja tee liikesarja uudelleen.

Tee liikesarja kolme kertaa.

Tee liikeharjoitukset 3 kertaa päivässä.



KAHDEN VIIKON KULUTTUA LEIKKAUKSESTA

Kyynärnivelen varsinainen kuntoutuminen alkaa, kun leikkauksesta on kulunut kaksi viikkoa ja yläraajaa saa jo käyttää kevyissä päivittäisissä toiminnoissa. Toiminnalliset harjoitukset lisäävät kyynärnivelen liikelaajuutta ja parantavat toiminnallisuutta.

Ruokaillessa leikatun yläraajan käyttäminen kannattaa aloittaa helpoimmasta toiminnasta eli leivän syömisestä. Kun se sujuu hyvin, voi kokeilla haarukan ja veitsen käyttöä ja keiton lusikointia.

Ojennusrajoite estää operoidun yläraajan käytön wc-toiminnoissa. Myös kantaminen, nostaminen ja leikattuun yläraajaan tukeutuminen ovat kiellettyjä ensimmäisen kuuden viikon ajan.

Toiminnalliset harjoitukset

1. Kyynärnivelen koukistusharjoitus seisten ja painovoima-avusteinen ojennus (s. 38)

2. Ojennusvenytys selinmakuulla

Olkavarren alla on hyvä käyttää pyyherullaa ja tarvittaessa voit myös käyttää tukilevyä esim. kirjaa hyvän ja rennon asennon saavuttamiseksi.

Ojennusvenytys pidetään 30–60 s, jonka jälkeen pidetään pieni lepotauko. Toista noin 10 kertaa. Harjoitukset 3 kertaa/pv.

3. Kyynärnivelen koukistusharjoitus selinmakuulla

Kyynärniveli koukistetaan aktiivisesti niin pitkälle rintakehän päälle kuin se menee, ja pidetään koukistuneena 30 s. Toista 10 kertaa. Harjoitukset tehdään 3 kertaa/pv.



4. Kyynärvarren kierto- ja kiertoliikkeet

Toiminnallisissa tilanteissa kyynärvarsi saa kiertyä niin kuin se luonnostaankin kiertyisi (esim. syöminen). Liikeharjoituksia tehdään vain tarvittaessa.

Varovaisuus

Varovaisuus on kuntoutumisen alkuvaiheessa hyve. On syytä varoa raskaita ovia ja tilanteita, joissa on vaara, että operoitu kyynärnivelen altistuu liialliselle kuormitukselle.

Alkuvaiheessa pääpaino on liikelaajuuden parantamisessa. Sallittu aktiivinen liike on kyynärnivelen koukistus, ojennuksen on tapahduttava passiivisesti raajan omalla painolla.

Ojentamisen rajoitetta voi olla vaikea noudattaa, kun kyynärnivelen tuntuu kivuttomalta ja ojennus onnistuu toiminnallisesti hyvin. Aktiivista ojentamista on kuitenkin vältettävä kuusi viikkoa leikkauksen jälkeen, jotta ojentajalihas saa rauhan parantua.

Kotityöt

Kevyitä kotitöitä on lupa tehdä pöytätasolla, kun muistaa välttää aktiivista ojentamista.

NELJÄN VIIKON KULUTTUA LEIKKAUKSESTA

Liikeharjoittelu jatkuu aiemmin ohjattujen harjoitteiden mukaan.

Ojennusvenytystä voi tarvittaessa tehostaa pienellä painolla (300-500g) ja pidentämällä venytysaikaa, mikäli kyynärpää ei täysin ojennu.



Kyynärnivelen koukistusharjoitusta voi tehostaa avustamalla toisella kädellä koukistusliikkuvuuden lisäämiseksi.



KUUDEN VIIKON KULUTTUA LEIKKAUKSESTA

Kyynärpään liikeala tulisi jo olla lähes normaali ja sen tulisi riittää jo päivittäisiin askareisiin.

Kyynärpään ojennus

Kyynärpään aktiivista ojennusta ei tarvitse enää välttää. Varsinaisia ojennusharjoitteita ei kuitenkaan ole tarpeen tehdä. Päivittäisten askareiden yhteydessä tulee sopivassa määrin harjoitusta ojentajille.

Muu liikeharjoittelu

Liikealajarjoittelu jatkuu edelleen aiempien ohjeiden mukaan, mutta toistomääriä voi vähentää sitä mukaan, kun leikatun yläraajan käyttö päivittäisissä askareissa lisääntyy. Käsi otetaan arkiaskareisiin mukaan, kevyestä tekemisestä aloittaen.

Nukkuminen

Leikatun puoleisella kyljellä nukkuminen on jo sallittua.

JÄLKITARKASTUKSEN JÄLKEEN - ELÄMÄÄ KYYNÄRTEKONIVELEN KANSSA

Leikkauksen tavoitteena on kivuton kyynärniveli, jossa on toiminnallisesti hyvä liikelaajuus sekä koukistus- että ojennussuuntaan. Kyynärnivelen tekonivel ei täysin pysty vastaamaan omaa niveltä rasituksen siedon suhteen, vaan siihen jää pysyvä nosto-, kanto- ja kuormitusrajoitus. Kuntoutumisvaiheessa 4-6 viikkoa leikkauksesta, tekonivelen kuormitus ei saa ylittää maksimipainorajaa 300-500 gr. Tämän jälkeen **kuormitusrajoitus on maksimissaan 5 kg koko loppuelämän**. On muistettava, että kyynärnivelen liiallista kuormitusta ei aiheuteta vain esineitä nostamalla, kantamalla, vetämällä ja työntämällä. Myös yläraajaan nojaaminen voi ylittää sallitun viiden kilon painorajoitteen.

Vapaa-ajan harrastukset

Harrastukset toimivat hyvin kuntoutusmenetelminä ja ylläpitävät yläraajan lihasvoimaa sekä nivelten liikkuvuutta. Harrastuksen vaatiman fyysisen rasituksen on kuitenkin vastattava leikatun kyynärnivelen edellytyksiä.

Jatkossa on syytä välttää harrastuksia, joissa leikattuun yläraajaan kohdistuu iskuja tai lyönnejä esimerkiksi vasarointi, halonhakkuu, mattojen tamppaus, tennis, squash. Lisäksi on syytä varoa tilanteita, joissa on vaara kaatua tai joissa tulee äkkitalanteita.



Info

Hyvä tietää

Tekonivelsairaala
COXA

Huone 41
Huoneet 43-49, Kanslia

42



SAIRAALASSA HUOMIOITAVAA

Savuton ja hajusteeton sairaala

Coxa on savuton sairaala. Potilastupakointi on sallittu vain erikseen merkityissä ulkotiloissa. Toivomme, ettet tupakoi hoitojakson aikana, vaan tarvittaessa varaat esimerkiksi nikotiinipurukumia sairaalapäivien ajaksi. Vältä haju- ja partavesien käyttöä Coxassa, sillä olemme hajusteeton sairaala.

Vierailu osastolla

Läheiset voivat vierailla osastolla vapaasti klo 20 asti. Huomioithan hyvän käsihygienian vieraillessasi Coxassa.

Käsihygienia

Infektioiden ehkäiseminen on tärkeä osa hoitoa. Tehokkain tapa estää tartunnat on potilaiden, henkilökunnan ja omaisten huolellinen käsihygienia. Pese kädet osastolle tullessa ja sieltä poistuessa sekä käytä käsihuhdetta. Yleisissä tiloissa ja potilashuoneissa on ohjeita käsihygieniasta sekä mahdollisuus käsien pesuun ja käsihuhdteen käyttöön.

HOITOHENKILÖKUNTA SINUA VARTEN

Palaute hoidosta

Haluamme olla luottamuksesi arvoisia. Kehitämme toimintaamme jatkuvasti saamamme potilaspalautteen perusteella. Voit itse vaikuttaa Coxan hoitoon ja palveluun antamalla meille palautetta. Ensisijaisesti palaute kannattaa antaa suoraan henkilökunnalle, jotta voimme palvella sinua paremmin. Palautteen voit antaa palautelomakkeella.

Hoitoa tai kohtelua koskevissa ongelmatilanteissa voit olla yhteydessä Coxan potilasasiamieheen, joka antaa tietoja potilaan oikeuksista sekä neuvoa ja opastaa ongelmatilanteissa. Potilasasiamiehen puhelinnumero on O3 3116 5119.

Etuuksiin liittyvät lausunnot ja sosiaalityö Coxassa

Coxasta saat lausunnot tekonivelleikkaukseen liittyvistä asioista. Muissa lausuntotarpeissa (esim. invapysäköintilupa) voit ottaa yhteyttä oman kunnan tai työterveyshuollon lääkäriin.

Lyhyestä hoitoajasta johtuen sosiaalityöntekijän kanssa asiointiin on mahdollisuus vain erityistilanteissa. Ensisijaisesti sosiaalityöhön liittyvissä kysymyksissä sinua palvelevat oman kuntasi sosiaalityöntekijät.

Lisätietoja saa tarvittaessa Taysin sosiaalityöntekijältä p. 044 472 2895. Yhteyttä voi ottaa jo Coxan leikkaustarpeen arviointikäynnillä, mikäli sinulle herää kysymyksiä esimerkiksi toimenpiteen jälkeisestä kotona selviytymisestä tai taloudellisesta tilanteesta.

Tietosuoja ja potilaan oikeudet

Huolehdimme Coxassa tietosuojasta eli henkilötietojesi huolellisesta ja asianmukaisesta käsittelystä asiointisi kaikissa vaiheissa. Tietojen käsittelyä, säilytystä, arkistointia ja hävittämistä ohjataan lainsäädännöllä sekä arkistonmuodostumissuunnitelmin. Uudistunut tietosuojalainsäädäntö takaa sinulle potilaana erilaisia oikeuksia. Sinulla on oikeus tietää, millä perusteella ja mitä henkilötietojasi käsittelemme sekä oikeus tarkastaa tietojasi. Jos tietosi ovat virheellisiä, voit pyytää niiden oikaisua ja että rajoitamme tietojesi käsittelyä, kunnes ne on asianmukaisesti tarkistettu, korjattu tai täydennetty. Lisätietoja löydät verkkosivuiltamme coxa.fi.

MATKAKORVAUKSET

Kela korvaa potilaiden matkat pääsääntöisesti edullisimman käytettävissä olevan matkustustavan mukaan. Päätöksessä huomioidaan myös potilaan terveydentila. Selvitä ennen leikkausta suoraan Kelasta oletko oikeutettu matkakorvauksiin.

Vapaan hoitopaikan valinnan perusteella Coxaan tuleville Kela korvaa tekoni- velleikkauksen vuoksi tehdyt matkat kotoa vain lähimpään yliopistosairaalaan. Päätöksen korvauksesta tekee Kela. Lisätietoja saat Kelasta.

Selvitä ennen leikkausta suoraan Kelasta, oletko oikeutettu matkakorvauksiin soittamalla numeroon 020 692 204



TAMMEDICA APTEEKKI

Apteekki Tammedican löydät Taysin pääaulasta D-rakennuksessa, osoitteesta Elämänaukio 2, 33520 Tampere.

Tammedica apteekki toimittaa tilauksesta reseptilääkkeet Coxan osastoille ennen kotiutumistasi. Tilatut lääkkeet voi noutaa myös kotimatalla Taysin parkkihallin noutopisteestä.

Voit tilata lääkkeet soittamalla apteekin numeroon 010 3366140.

Tilaus maksetaan pankkikortilla tuonnin yhteydessä. Lue lisää osoitteesta: www.tammedica.fi



**norlandia
care**



POTILASHOTELLI

Norlandia Care Tampere Hotel tarjoaa miellyttävät olosuhteet ja laadukkaita palveluita niin potilaille kuin heidän läheisilleenkin. Pitkän matkan päästä tuleville Coxan asiakaspalvelu varaa hoitajaksoihin sisältyvät hotelliöyymiset valmiiksi ajanvarausten yhteydessä. Hoitoon kuuluvien yöpymisten lisäksi potilaiden ja heidän läheistensä on mahdollista yöpyä hotellissa myös omakustanteisesti Coxan sopimilla alennetuilla hinnoilla.

Omakustanteisen yöpymisen varausohje: Varaa yöpyminen suoraan Norlandia Care Tampere -hotellista (puh. 050 384 4400) tai sähköpostilla tampere@norlandia.com. Mainitse varauksen yhteydessä olevasi Coxan potilas tai potilaan läheinen.

Osoite: Biokatu 14, 33520 Tampere

Huoneita: 130

Pysäköinti: lämmin autohalli ja ulkopysäköinti

Muut palvelut: saunaosasto, kokouspalvelut, aulakahvila 24/7, lounasbuffet, à la carte -ravintola, itsepalvelupesula

Tietoliikenne: huoneissa ilmainen wifi

SAAPUMINEN



Autolla

Coxan edustalla on yksittäisiä saatto- ja noutoliikenteelle tarkoitettuja lyhytaikaisia parkkipaikkoja. Coxassa asioidessa lähimmät parkkialueet ovat Taysin Parkkihalli ja Riviparkki.

Julkisilla kulkuvälineillä

Linja-autolla ja ratikalla tultaessa Coxan pysäkki on Tampereen yliopistollisen sairaalan (Tays) pysäkki. Kaikissa Taysin suuntaan ajavissa busseissa ja ratikoissa on merkintä Tays.

Karttamerkinnyt

- | | |
|-------------------|--------------------|
| Invapysäköinti | Rakennustyömaa |
| Asiakaspysäköinti | Rakennuksen tunnus |
| Pysäköintihalli | Infopiste |
| TKL bussipysäkki | Taksitolppa |
| Bussipysäkki | |
| Ratikkapysäkki | |

USEIN KYSYTYT KYSYMYKSET

Milloin voin palata työelämään?

Työhön paluusta keskustellaan leikkaavan lääkärin kanssa ennen leikkausta. Sairauslomatoistukset saat osastolta kotiutuessasi. Tekonivelleikkaus ei ole este työelämään paluulle. Tavallisesti sairausloman pituus on 3 kk työn luonteesta riippuen. Sairausloman jatkon määrittelee työterveyshuolto tai terveyskeskuslääkäri.

Milloin voin matkustaa autossa tai ajaa autoa?

Voit matkustaa autossa normaalisti. Autolla voit ajaa kun käden hallinta on riittävää.

Miten välttyä tekonivelinfektiolta?

Perusterveydestä huolehtiminen, tulehdusten ennaltaehkäisy ja huolellinen hoito ovat jatkossakin tärkeitä. Tulehdukset voivat levitä verenkierron välityksellä tekoniveleen. Pitkittyneiden iho-ongelmien hoidattaminen sekä hampaiden ja suun terveydestä huolehtiminen on suositeltavaa tekonivelleikkauksen jälkeen. Mikäli sinulle suunnitellaan hammastoinenpiteitä, polikliinisiä täyhystys- tai muita toimenpiteitä, sinun on hyvä kertoa hoitavalle lääkärille tekonivelestä.

Miksi leikkausalue on tunnoton?

Tunto palaa leikkausalueelle vähitellen, mutta pieniä tunnottomia alueita saattaa jäädä arven ympäristöön pysyvästikin.

Minulla on ollut leikkauksen jälkeen pahoinvointia – mistä se johtuu?

Pahoinvointi voi aiheutua kipulääkityksestä. Myös vatsan toimimattomuus aiheuttaa huonovointisuutta. Vatsan toiminnasta huolehtiminen, kipulääkityksen vähentäminen kiputilanteen salliessa ja tarvittaessa pahoinvointilääkkeiden käyttö helpottavat oloasi.

Voinko käydä infrapunasaunassa?

Infrapunasaunassa voi käydä haavan parannuttua omat tuntemukset huomioiden. Infrapunasäteet eivät ulotu kudoksissa niin syväälle, että sille olisi estettä tekonivelleikkauksen jälkeen.

Mitä minun pitää huomioida lentomatkamisessa?

Jos turvatarkastuksessa ilmenee ongelmia, kerro tarkastusviranomaiselle sinulla olevasta tekonivelestä. Turvatarkastusta varten et tarvitse todistusta tekonivelestä, kertominen turvatarkastusviranomaiselle riittää.

Tarvitsenko ennaltaehkäisevää antibioottihoitoa jos joudun menemään hammaslääkäriin leikkauksen jälkeen?



Tarvitset ennaltaehkäisevää antibioottihoitoa verta vuodattavissa hammastoinenpiteissä kerta-annoksena tuntia (1 h) ennen toimenpidettä (esim. juurihoito, hampaan poisto), jos

- olet ollut tekonivelleikkauksessa alle 6 kuukautta sitten
- sinulla on useampi kuin yksi tekonivel
- sinulle on tehty tekonivelen uusintaleikkaus
- sinulla on tulehdusriskiä lisääviä sairauksia, kuten nivelreuma, SLE tai jokin muu immuunivastetta heikentävä sairaus tai immuunivastetta heikentäviä lääkkeitä käytössäsi.

Kerro aina hammaslääkärillesi, että sinulla on tekonivel. Hän arvioi antibiootin tarpeen muissa kuin mainituissa tapauksissa.



HAAVASIDOS

Pidä haavasidosta _____ . _____ asti tai kunnes haava on kuiva

OMPELEIDEN POISTO (tilaa aika ompeleiden poistoon itse)

_____ . _____

YHTEYSTIEDOT

Jos sinulla on kysyttävää koskien tehtyä leikkaustasi, ota yhteyttä asiakaspalveluumme p. 03 311 715.

Tekonivelsairaala Coxa

Asiakaspalvelu

03 311 715

asiakaspalvelu@coxa.fi

Coxa Tampere

Tekonivelsairaala sijaitsee
Tampereella Taysin alueella:
Niveltie 4, 33520 Tampere.

Seuraa meitä sosiaalisessa mediassa



facebook.com/tekonivelsairaalacoxa



instagram.com/tekonivelsairaalacoxa



linkedin.com/company/coxahospital/

T e k o n i v e l s a i r a a l a

COXA

www.coxa.fi