

Arpityräleikkauksen jälkeen, kotihoito-ohje

Sinulle on tehty arpityrän korjausleikkaus. Leikkauksen jälkeinen toipuminen on yksilöllistä, ja voit itse vaikuttaa toipumiseen. Leikkauksesta voi kotiutua jo samana päivänä, mutta sairaalassaoloaika riippuu tehdystä leikkauksesta.

Haavan hoito

Haava pidetään täysin kuivana ja puhtaana 1–2 vuorokauden ajan toimenpiteestä, jonka aikana haavan päälle muodostuu ulkoisilta taudinaiheuttajilta suojaava kerros. Käsitellessäsi haava-aluetta, tee se aina pestyin ja kuivin käsin.

Haavan seudussa esiintyy usein mustelmaa ja turvotus haavan alueella voi kestää useita viikkoja.

Voit käydä suihkussa 1–2 vuorokauden kuluttua toimenpiteestä. Poista haavatyyny varovasti ennen suihkuun menoa.

Jos haavasta vuotaa verta, laita haavan päälle puhdas haavatyyny. Haavatyynyä voi pitää 2–3 päivää. Jos haava ei vuoda, laita haavan päälle pelkkä huokoinen haavateippi (saa apteekista). Haavateippi saa kastua peseytymisen yhteydessä. Teippiä pidetään viikon ajan toimenpiteestä ja sen voi tarvittaessa vaihtaa.

Saunaan tai uimaan voit mennä viikon kuluttua leikkauksesta.

Jos haava on suljettu sulavin ompelein, ompeleiden poistoa ei tarvita. Poista itse haavateipit kotona viikon kuluttua ja mahdolliset langanpääät voit katkaista 12 päivän kuluttua toimenpiteestä.

Jos haava on suljettu sulamattomilla ompeleilla, ompeleet tulee poistattaa

pvm: _____ omalla terveysasemalla.

Kivun hoito

Leikkaushaavassa on aina jonkin verran kipua. Kipu on voimakkaimmillaan ensimmäisen vuorokauden aikana ja se lieventyy vähitellen. Arpityräleikkauksen jälkeen kipua esiintyy yleensä 3–4 vuorokautta. Hoidoksi yleensä riittää tavallinen apteekista ilman reseptiä saatava särkylääke. Saat tarvittaessa kipulääkerekseptin. Lääkettä suositellaan käytettäväksi annettujen kotihoito-ohjeiden mukaisesti. Tähystyksenä tehdyn leikkauksen jälkeen voi esiintyä myös pistävää tunnetta hartiaassa, joka on vaaratonta.

Liikkuminen

Sairaslomalla voit kävellä vapaasti ja tehdä kevyitä kotitöitä voinnin mukaan. Liikkeellä olo edistää toipumista. Jos sait tukivyön, sitä pidetään _____ viikkoa, yötä päivää.

Vuoteesta nousu ja vuoteeseen meno kannattaa tehdä kyljen kautta uloshengityksen aikana.

Painavien tavaroiden nostelua ja kantamista (yli 2,5 kg) sekä voimakkaita vartalon kierto liikkeitä kannattaa välttää parin viikon ajan. Potilaat ovat yleensä työkyntoisia 2–3 viikon kuluttua leikkauksesta.

Ruokailu

Saat syödä ja juoda normaalisti leikkauksen jälkeen. Jos pahoinvointia esiintyy, kannattaa aloittaa varovaisesti nestemäisellä juomalla. Kuitupitoinen ruokavalio on tärkeää vatsan toiminnan kannalta.

Ota yhteys omalle terveysasemalle, jos:

- haavassa on yltyvää kipua
- haavasta vuotaa jatkuvasti verta tai muuta eritettä
- haavan reunat erkaantuvat toisistaan
- nousee kuume (yli 38^o)
- haavalla on lisääntyvää kuumotusta, punoitusta tai turvotusta

Suosittellemme yhteydenottoa digitaalisesti osoitteessa hyvaks.fi/asioi-verkossa

Sivustolle pääset myös QR-koodin kautta.

