

# Gynekologinen leikkaus

## Ohje potilaalle

Tämän ohjeen tarkoituksena on auttaa sinua valmistautumaan tulevaan leikkaukseen ja jälkihoitoon. Leikkauksesta toipuminen on monivaiheinen prosessi ja voit itse vaikuttaa siihen valmistautumalla huolellisesti. Leikkausta ennen on hyvä suunnitella myös kotiinpaluu ja käydä siihen liittyvät asiat läpi ja tarvittaessa pyytää apua kotiutumisvaiheeseen. Leikkauksen ja yksilökohtaiset valmistautumisohjeet saat lääkärikäynnin yhteydessä, kirjeellä postitse tai digihoitopolun kautta.

## Valmistautuminen leikkaukseen

### Ravitsemus

Ennen leikkausta kannattaa syödä mahdollisimman monipuolisesti, sillä hyvä ravitsemustila edistää leikkauksesta toipumista. Monipuolinen ruoka yhdessä liikunnan kanssa edistävät samalla vatsantoimintaa. Ummetuksen ehkäisemiseksi kannattaa huolehtia riittävästä kuidun saannista syömällä monipuolisesti kasviksia ja juomalla riittävästi vettä n. 1,5–2 litraa päivässä. Suolen toimintaa voi tehostaa suun kautta otettavilla kuituvalmisteilla tai muilla vatsantoimintaa tehostavilla tuotteilla. Näitä saa apteekista ilman reseptiä. Apteekin henkilökunta osaa auttaa sinua tarvittaessa sopivan vatsanpehmikkeen valitsemisessa.

### Lääkitys

Omega-3-valmisteet ja muut luontaistuotteet tulee lopettaa vähintään 2 viikkoa ennen leikkausta vuotoriskin vuoksi. Verenhennuslääkkeiden ja muiden lääkkeiden tauottamisesta saat erillisen ohjeen.

### Emättimen limakalvojen hoito

Leikkausta ennen on hyvä huolehtia myös emättimen limakalvojen kunnosta. Paikallishoitovalmisteilla limakalvot pysyvät ehyinä ja vahvempina. Hyvä limakalvojen kunto edesauttaa leikkaushaavojen paranemista. Paikallishoitovalmisteet kannattaa aloittaa jo hyvissä ajoin ennen leikkausta, sekä jatkaa aikaisintaan 2 viikkoa leikkauksen jälkeen. Tärkeää on, että limakalvot ovat ennättäneet toipua leikkauksen jäljiltä, sekä paikallishoitovalmisteen laitto limakalvoille ei aiheuta kipua.

### Liikunnan merkitys

Hyvä yleis- ja lihaskunto edistävät toipumista, siksi monipuolinen ja säännöllinen liikunta on suositeltavaa. Liikkua kannattaa niin paljon kuin sinusta tuntuu hyvältä. Noudata mahdollisia fysioterapeutin tai lääkärin antamia ohjeita. Liikunnan lisäksi on hyvä harjoitella myös lantionpohjalihaksia, jotka tukevat leikkauksesta kuntoutumista.

### Tupakointi ja alkoholin käyttö

Tupakointi lisää nukutukseen liittyviä, sekä leikkauksen jälkeen esiintyviä haittavaikutuksia. Tupakoivan henkilön hengitys vaikeutuu ja verenkierto hidastuu. Tupakointi tulisi lopettaa 4–8

viikkoa ennen leikkausta. Vältä runsasta ja jatkuvaa alkoholin käyttöä ennen leikkausta. Leikkaukseen ei saa tulla alkoholin tai huumeiden vaikutuksen alaisena. Tarvittaessa saat näihin tukea ja opastusta. Kysy hoitohenkilökunnalta lopettamiseen liittyviä ohjeita.

### Verikokeet

Kutsukirjeen mukana saat lähetteen laboratorioon. Laboratoriokokeissa tulee käydä muutamaa päivää ennen Sinulle varattua soittoaikaa.

### Leikkausta edeltävänä päivänä

- Käy suihkussa illalla tai viimeistään aamulla
- Älä poista leikkausalueen ihokarvoja. Karvoja voi tuki lyhentää
- Poista kynsilakat, lävistykset ja korut
- Pukeudu puhtaisiin ja helposti puettaviin vaatteisiin
- **Ole syömättä ja juomatta leikkausta edeltävästä illasta kello 24 alkaen. Myös purukumin ja pastillien syönti on kiellettyä**
- **Tupakointi on täysin kielletty leikkausta edeltävän päivän illasta klo 20 alkaen**
- **Alkoholin nauttiminen vuorokauden sisällä ennen leikkausta on kielletty**
- Äkillinen sairaus on este leikkaukselle. Jos sairastut äkillisesti juuri ennen toimenpidettä, ota yhteyttä arkipäivänä numeroon (014) 269 1023 klo 07:00-09:00

Ota mukaasi Kela-, ajo- tai henkilökortti sekä henkilökohtaiset lääkkeet ja hygienia- ja hoivatarvikkeet.

### Leikkauspäivänä

Aamulääkkeet voit ottaa kotona pienen (0,5–1 dl) vesimäärän kanssa, ellei ole toisin ohjattu. Mikäli Sinulle on ohjattu esilääke kotona otettavaksi, ota se ½- 1 h ennen sairaalaan tuloa pienen vesimäärän kanssa.

### Saavu Sairaala Novaan leikkauspäivän aamuna ajoissa.

Omalla autolla ajaminen ei ole sallittua leikkauksen jälkeen kotiutuessa. Mahdollinen saattaja voi pysäköidä autonsa piha-alueen maksullisille paikoille tai pysäköintitaloon. Jos olet oikeutettu Kelataksin käyttöön, tilaa se viimeistään edellisenä päivänä klo 14 mennessä.

Tullessasi sairaalaan käytä sisäänkäyntiä Nova 1, siirry G-hissillä 3. kerrokseen ja ilmoittaudu siellä itseilmoittautumisautomaatilla käyttäen viivakoodillista ajo-, Kela- tai henkilökorttia. Tämän jälkeen hoitaja ohjaa leikkauksen valmisteluun.

### Leikkaus

Tavallisimpia gynekologisia leikkauksia ovat kohdun ja munasarjojen sairauksiin sekä lantiopohjan toimintahäiriöihin liittyvät leikkaukset. Gynekologisia toimenpiteitä tehdään polikliinisesti ja leikkaussalissa. Leikkaussalissa tehtävistä toimenpiteistä suurin osa on päiväkirurgisia ja eivät vaadi yöpymistä sairaalassa, vaan pääset kotiutumaan leikkauspäivänä.

## Leikkauksen jälkeen

Leikkauksen jälkeen Sinut siirretään heräämään. Kipulääkityksestäsi huolehditaan. Leikkauksen jälkeinen kipu on yleensä lyhytkestoista ja voimakkuudeltaan vaihtelevaa, saat kipulääkitystä kivun voimakkuuden mukaan. Hyvä kivunhoito nopeuttaa leikkauksesta toipumista, pystyt liikkumaan paremmin ja hengittämään rauhallisesti ja tehokkaasti.

Leikkauksen jälkeen sinulta kysytään vähintään kolme kertaa päivässä kivun voimakkuutta. Kivun arvioinnissa käytämme apuna kipumittaria. Kipumittarissa on numerot nolasta kymmeneen ja numerot vastaavat sanallisesti kerrottuna kivun voimakkuutta seuraavasti:

- 0 = ei kipua ollenkaan
- 1-3 = siedettävä kipu
- 4-5 = kipu vaatii lääkityksen
- 6-7 = kova kipu, vaatii lääkityksen
- 8-10 = sietämätön kipu, vaatii lääkityksen

Henkilökunta auttaa ja opastaa liikkumisessa. On tärkeää, että pyrit olemaan mahdollisimman paljon pois vuoteesta. Pystyasento ja liikkuminen edistävät toipumista, tehostavat hengitystä, verenkiertoa, sekä suolen ja rakon toimintaa. Liikkuminen aloitetaan heti leikkauspäivänä.

Toimenpiteen jälkeen saat tavallista ruokaa, sekä tarvittaessa täydennysravintojuomia. Tarvittaessa saat pahoinvointilääkettä, joka helpottaa ruokailun aloittamista.

## Kotiutuminen

Kotiudut leikkauksesta yleensä leikkauspäivänä tai seuraavana aamuna. Edellytyksenä on, että kipu on hallinnassa lääkityksen avulla, Sinulla ei ole voimakasta pahoinvointia, pystyt liikkumaan, virtsaamaan, syömään ja olet saanut jälkihoito-ohjeet. Jatka kipulääkitystä annetuilla ohjeilla, tarvittaessa saat niihin reseptit.

Mikäli kotiudut leikkauksesta saman päivän aikana, tulee sinulla kotona olla aikuinen tukihenkilö. Tarvittaessa sinulle järjestetään jatkohoitopaikka terveyskeskuksen vuodeosastolle, joten tämä on hyvä huomioida jo leikkausta suunniteltaessa. Samoin kotiavun tai sosiaalisen tuen tarpeesta on hyvä keskustella jo etukäteen henkilökunnan kanssa leikkauksen suunnitteluvaiheessa.

## Yhteystietoja

**Sairaala Nova**, Hoitajantie 3, 40620 Jyväskylä

**Leikkausjonotiedustelut:** 014 269 5205, ma - pe 9–11 ja 13–14

**Leikkauspäivän peruutukset:** 014 269 5959, ma - pe 7–9

**Naistentauti- ja äitiyksikkö:** 014 269 1023, ma - pe 8–14

**Naistentautien ja synnytysten päivystys:** 014 269 1204, muina aikoina

**Päivystyksen puhelinneuvonta:** 116 117

Päivitys 10/2024