

Lapsen nivelten paikallishoito

Paikallishoidot päiväkirurgiassa yleisanestesiassa:

Muista olla syömättä ja juomatta ennen toimenpidettä edellisillan iltapalasta asti (vähintään 6 tuntia). Myöskään purukumia tai pastilleja ei saa syödä. Toimenpidehuoneeseen lapsi voi mennä omilla vaatteissa, lapsen vaatteiden on hyvä olla väljät ja mukavat. Pienille lapsille on hyvä varata myös vaihtovaatteet mukaan. Toimenpiteen jälkeen lapsi siirretään heräämöhön seurantaan. Heräämöhön pääsee yksi vanhempi lapsen vierelle seurannan (n. 2 tuntia) ajaksi.

Paikallishoidot poliklinikalla, tarvittaessa ilokaasuavusteisesti:

Ennen toimenpidettä lapsi voi syödä normaalisti. Toimenpidehuoneessa lapsi voi olla omilla vaatteissa, lapsen vaatteiden on hyvä olla väljät ja mukavat. Lapsi voi toimenpiteen aikana katsoa esimerkiksi lempiohjelmansa tai kuunnella musiikkia, tätä varten voit ottaa mukaan oman tabletin tai kännykän. Toimenpiteen jälkeen kotiin voi lähteä voinnin mukaan.

Paikallishoitojen jälkeen huomioitavaa:

Saunomista tai kylpemistä esimerkiksi ammeessa on hyvä välttää 24 tunnin ajan toimenpiteen jälkeen, mutta suihkussa voi käydä. Vältä hoidetun nivelen kuormittamista 24 tuntia paikallishoidon jälkeen. Näin lääkeaine pysyy nivelessä ja vaikuttaa tulehdusta rauhoittaen mahdollisimman tehokkaasti. Paikallishoitopäivänä on hyvä levätä ja liikkua vain välttämättömimmät liikkumiset. Usein pistokohdan päälle laitetaan laastari tai tukisidos.

Esimerkkejä liikkumisrajoituksesta 24 tunnin aikana:

- polvet ja nilkat hoidettu → vältä kävelyä, vessassa käynti sallittu
- yläraajojen niveliä hoidettu → vältä pitkäkestoista kynän / kännykän käyttöä tai pelaamista pelikoneella
- leukaniveliä hoidettu → syö pehmeää ruokaa
- lonkkia tai SI-niveliä hoidettu → vältä istumista ja kävelemistä, vessassa käynti sallittu

Kivunhoito:

Nivel voi olla kipeä tai aristava paikallishoidon jälkeen. Anna lapselle tulehduskipulääkettä tai parasetamolia lääkärin ohjeen mukaan muutaman päivän ajan. Kivun hoitoon voi käyttää myös kylmähoitoa. Aseta kylmäpakkaus pyyhkeen sisälle käärittynä hoidetun nivelen päälle ja pidä 15–20 minuuttia kerrallaan.

Seuraavana päivänä huomioitavaa:

Aloita hoidetun nivelen liikuttelu ensin pienellä liikeradalla pumppaavasti. Vältä nivelten ääriasentoja ja kovaa kuormitusta, jotta tulehtuneella kudoksella on aikaa rauhoittua. Otollinen aika nivelten liikkuvuuden palautumiseksi on 3–4 viikkoa paikallishoitojen jälkeen. Normaali arkeen liittyvä lihasten ja nivelten käyttö on hyväksi palautumiselle ja tavoitteena on, että lapsi / nuori voi liikkua ja toimia omatoimisesti iänmukaisesti.

Mikäli paikallishoidettuun niveleen tulee turvotusta, punoitusta, kuumotusta tai kipua, ota yhteyttä arkipäivänä lastentautien poliklinikalle p. 014 269 1224 (klo 8-13), viikonloppuisin omaan päivystykseen.

12.11.2020 / Nina Knuuti, Sirpa Kuusinen, Katri Kainulainen ja Eija Bergroth