

Olkapään tähystysleikkaus

Kivun hoito

Olkapään tähystyksen jälkeen esiintyy kipua vaihtelevasti riippuen olkapään kunnosta ja tehdystä toimenpiteestä. Kipu voi olla erittäin kovaa ensimmäisten vuorokausien aikana. Kipulääkitys edistää paranemista, poistaa kipua ja vähentää turvotusta. Ota sinulle määrättyä kipulääkettä **säännöllisesti ja ennakoivasti** jo ennen kivun alkamista.

Leikattu olkapää puudutetaan toimenpiteen yhteydessä.

Kylmähoidon avulla voidaan lievittää kipua ja vähentää kudosturvotusta. Kylmäpakkausta voit käyttää olkapään päällä 15 -20 minuuttia kerralla useita kertoja päivässä noin viikon ajan. Vältä kylmäpakkauksen käyttöä paljaalla iholla, ettei tule paleltumavammoja.

Haavan hoito

Sidosta pidetään 2 vuorokautta. Tämän jälkeen voit poistaa sidoksen ja käydä suihkussa. Suojaa haava puhtailla apteekista saatavilla haavateipeillä ompeleiden poistoon asti. Käsittele haavaa aina puhtain ja kuivin käsin. Vältä haava-alueen turhaa liikuttelua sekä hankausta.

Haava on suljettu poistettavin ompelein.

Ompeleiden poisto terveyskeskuksessa ____/____20____, varaa aika itse.

Saunaan voit mennä ompeleiden poiston jälkeisenä päivänä.

Asento- ja liikehoito

Ohjeet ovat riippuvaisia olkapään kunnosta ja tehdystä toimenpiteestä

Toimenpiteen jälkeen leikattu yläraaja tuetaan kantositeellä.

Liikeharjoitusten tarkoituksena on palauttaa olkapään toiminta-, liikkuvuus ja lihasvoima mahdollisimman normaaliksi. Liikehoidosta ja yläraajan käytöstä annetaan erilliset harjoitteluohjeet. Tarvittaessa yhteys fysioterapeuttiin p. 014 269 5066.

Ota yhteyttä hoitavaan lääkäriin, jos

- olkapäässä on yltyvää kipua
- haava aukeaa
- iholla on punoitusta
- haavassa on jatkuvaa runsasta verenvuotoa tai pahaa hajua
- olkapää turpoaa huomattavasti
- sinulle nousee lämpöä