

Olkapään tähystysleikkaus

Kivun hoito

Olkapääsi on puudutettu toimenpiteen yhteydessä.

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

Kylmähoidon avulla voidaan lievittää kipua ja vähentää kudosturvotusta. Kylmäpakkausta (esim. pakastimesta marjapussi tai märkä, kylmä pyyhe muovipussissa) voit käyttää olkapään päällä 15 - 20 minuuttia kerralla useita kertoja päivässä noin viikon ajan. Vältä kylmäpakkauksen käyttöä paljaalla iholla, ettei tule paleltumavammoja.

Asento- ja liikehoito

Toimenpiteen jälkeen leikattu yläraaja tuetaan kantositeellä.

Liikehoidosta ja yläraajan käytöstä saat erilliset harjoitteluohjeet. Liikeharjoitusten tarkoituksena on palauttaa olkapään toiminta-, liikkuvuus ja lihasvoima mahdollisimman normaaliksi.

Ohjeisiin liittyen voit tarvittaessa ottaa yhteyttä päiväkirurgian fysioterapeuttiin p. 014 269 5066.

Ota yhteyttä päivystykseen puh. 116 117, jos

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