

PALLEATYRÄ POTILASOHJE

Normaalitilanteessa ruokatorvi kulkee palleassa olevan aukon kautta vatsaontelon puolelle. Palleatyrä on vatsaontelosta pallean aukosta rintaontelon puolelle työntyvä tyrä. Palleatyrän syy on pallealihaksessa oleva liian väljä aukko, jonka kautta mahalaukun yläosa pääsee liukumaan rintaontelon puolelle joko osittain tai kokonaan.

Tyypillisiä oireita ovat rintakehän kipu, nielemisvaikeus, täyttymisen tunne, oksentelu, anemia (alhainen hemoglobiini) ja laihtuminen. Jos tyrä on hyvin kookas, voi esiintyä myös hengenahdistusta tai jopa sydämen rytmihäiriöitä. Kirurginen hoito kannattaa oireisilla ja joissain tapauksissa nuorilla oireettomilla potilailla. Hoidon tulokset ovat suurimmalla osalla potilaista erinomaisia ja oireiden uusimiset, sekä komplikaatiot ovat harvinaisia.

Ennen sairaalaan tuloa

Leikkausta varten otetaan verikokeita. Leikkaava lääkäri keskustelee kanssasi etukäteen mahdollisella poliklinikkakäynnillä tai viimeistään sairaalassa. Poliklinikkakäynnillä varataan aika myös hoitajan ohjaukseen, joka voi olla sairaalassa tai puhelimitse sekä tarvittaviin lisätutkimuksiin. Keskusteluissa voi olla omainen mukana.

Valmistautuminen kotona

Riittävästä ravitsemuksesta ja fyysisestä kunnosta huolehtiminen edistävät leikkauksesta toipumista. Mikäli ruoka ei maistu, on hyvä ostaa apteekista täydennysravintovalmisteita (esim. Nutridrink®, Fresubin®, Addera®, Resource®), jotka kasvattavat ruokavalion energia- ja proteiinimäärää. Sinua ohjataan syömään **nestemäistä ruokavaliota 2 vrk ajan** ennen leikkausta (sosekeitot, juomiset, jogurtti, mehukeitto)

Käytössä olevia lääkkeitä voidaan joutua tauottamaan ennen leikkausta. Tautusohjeet ilmoitetaan kutsun yhteydessä. Sairaalaan on hyvä ottaa mukaan henkilökohtaiset tavarat (hammasharja, partakone, matkapuhelin + laturi), käytössä olevien lääkkeiden reseptit sekä käytössä olevat astmasuihkeet, insuliinit ja silmätipat. Jokaisella potilaspaikalla osastolla on lukollinen kaappi omaisuuden säilyttämistä varten. Arvoesineet ja suuret rahasummat on hyvä jättää kotiin. Lasku sairaalahoidosta tulee kotiin postitse.

Leikkausvalmisteluihin kuuluvat suihkussa käynti sekä hiusten pesu leikkausta edeltävänä iltana. Leikkauspäivän aamuna sinun pitää olla syömättä ja juomatta sekä käydä suihkussa. Tarkemmat ohjeet leikkaukseen valmistautumiseen saat [opas leikkaukseen tulevalle](#). Tarvittaessa saat esilääkkeen noin tunti ennen leikkausosastolle vientiä. Lisäksi jalkoihisi laitetaan laskimotukoksien ja keuhkoveritulppien syntymistä ehkäisevät tukisukat ja sukkiin päälle ilmalla täyttyvät mansetit, mitkä yhdistetään verenkiertoa parantavaan laitteeseen.

Leikkauspäivänä omaiset voivat tiedustella voitiasi iltapäivällä numerosta 014 269 1037/ operatiivinen osasto. Puhelinliikenteen kohtuullistamiseksi toivotaan vain yhden omaisista toimivan yhteyshenkilönä. Vierailuaika osastolla on joka päivä klo 12–20. Sairaalavierailulle ei saa tulla flunssaisena. Ennen vierailua on pestävä kädet ja huuhdeltava ne desinfiointiliuoksella.

Leikkaushoito

Palleatyräleikkaukset tehdään yleensä tähystämällä nukutuksessa. Ylävatsalle tulee useampi pieni tähystyshaava. Leikkaus yleensä kestää leikkausvalmisteluineen muutaman tunnin. Leikkauksen jälkeen sinut siirretään heräämövalvontaan seurattavaksi. Kun voitiasi on vakaa ja kivut ovat hallinnassa, sinut siirretään operatiivisille osastolle toipumaan.

Toipuminen leikkauksesta

Ravinto ja eritystoiminta

Leikkauksen jälkeinen syöminen ja juominen tapahtuu lääkärin ohjeiden mukaan. Yleensä saat ensimmäisenä vuorokautena pelkkiä juotavia. Joissakin tapauksissa lääkäri voi määrätä ravinnotta olon. Ruokailun jälkeen on suotavaa olla istumassa tai liikkeellä vähintään puoli tuntia, jotta ruoka etenisi paremmin suolistoon. Ennen kotiutumista osastolla siirryt asteittain sosemaiseen/pehmeään ruokavalioon.

Toipumisen aikana osastolla ja kotiutumisen jälkeen oksentamista on hyvä välttää. Saat sairaalassa tarvittaessa pahoinvointilääkitystä. Osastolla myös seurataan vatsan toimintaa ja sitä autetaan tarvittaessa vatsantoimintaa edistävillä lääkkeillä.

Hengitys ja liikkuminen

Tehostetut hengitysharjoitukset, pulloon puhallukset ja yskiminen varmistavat riittävän hapensaannin ja keuhkotuuletuksen sekä estävät keuhkotulehduksia. Ne aloitetaan hoitajan ohjaamina leikkauspäivänä. Harjoituksia tehdään itsenäisesti ja avustettuna useita kertoja päivässä. Leikkauspäivän iltana sinut autetaan istumaan ja ylös vuoteesta. Aluksi liikkuminen tapahtuu avustettuna tarvittaessa apuvälineen turvin. Kun liikkuminen alkaa sujumaan, suositellaan olemaan liikkeellä omatoimisesti tai hoitajan avustuksella useamman kerran päivässä. Vuoteessa ollessasi sängynpäätyä olisi hyvä pitää koholla.

Kivunhoito

Anestesiaalääkäri ja kirurgi määräävät sinulle kipulääkityksen leikkauksen jälkeen. Alkuvaiheessa kivunhoito tapahtuu muilla antoreiteillä kuin tabletteina esimerkiksi lihakseen pistettävällä, suonensisäisesti tai liuksena suuhun.

Kivunhoidon arvioinnissa käytetään numeroasteikkoa 0-10. Potilaan yksilöllisen kivunvoimakkuuden seuraaminen auttaa arvioimaan kivunhoidon tehoa ja vaikutuksia sekä ohjaa kipulääkityksen annostelua. Toipumisvaiheessa kivunhoidon tavoite on, että kykenet hengittämään syvään, yskimään, liikkumaan ja nukkumaan.

Kotiutuminen ja jatkohoito

Kotiutuminen tapahtuu yleensä 3-5vuorokauden kuluttua leikkauksesta. Kotiutumisessa huomioidaan seuraavia kriteereitä: kivut hallinnassa, haavat siistit (ei infektiioireita), itsenäinen liikkuminen ja toimintakyky, ei pahoinvointia ja ruokailu onnistuu sekä erittämistoiminnassa ei ole ongelmia. Jatkohoidon ja kotiutumisen ennakointi on tärkeää. Sairaala Novassa on potilaskoordinaattoreita, jotka auttavat sinua tarvittaessa jäsentämään avuntarpeitasi kotona toipumisen aikana, esimerkiksi kotihoidon palvelut. Potilaskoordinaattoriin saat yhteyden hoitajasi kautta.

Sinulle kirjoitetaan reseptit kipulääkkeistä ja vatsansuojalääkkeestä. Saat mukaan haavanhoito-ohjeen (yleensä sulavat ompeleet haavoilla). Kotiutumisen jälkeen sinun on hyvä jatkaa sosemaista/pehmeää ruokavaliota 4–6 viikon ajan. Ruokailun jälkeen on hyvä olla vähintään puoli tuntia istumassa tai liikkeellä. Kotiutumisen jälkeen ensimmäiset kuukaudet ovat sopeutumisaikaa, alussa ruuansulatusvaivat ovat tavallisia. On tärkeä huolehtia riittävästä ravinnonsaannista ja tarkkailla painoa tarpeen mukaan.

Liikunta edistää toipumista. Alkuvaiheessa kävely on hyvä liikuntamuoto. Hengitysharjoituksia ja pulloon puhalluksia on hyvä jatkaa niin kauan, kun liikkuminen on vähäistä. Sinun on hyvä välttää ponnisteluja ja painavien asioiden nostelua seuraavin ohjein:

- 1. viikko 1-2kg
- 2. viikosta eteenpäin 3-5kg kontrolliaikaan asti

Fyysistä työtä tekeville sairausloman pituus 4-6 viikkoa, toimistotyötä tekeville 3 vko. Kontrollina 4-6 viikon kuluttua on keuhkokuva ja lääkärin soittoaika.

Kotiutumisesta **ensimmäisen viikon ajan** kysymyksissä ja haasteissa voit ottaa yhteyttä operatiiviselle osastolle puh 014 2691037. Sen jälkeen ongelmatilanteissa voit olla yhteyksissä omaan terveystieteeseen tai työterveyteen.

Terveystieteeseen ollessanne yhteydessä suosittelemme yhteydenottoa sähköisesti osoitteessa hyvaks.fi/asioi-sahkoisesti Sivustolle pääset myös QR-koodin kautta.

