

# Peräsuolen, kohdun, emättimen ja rakon laskeumaleikkaus

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.

Leikkausajan ja yksilökohtaiset valmistautumisohjeet saat lääkärikäynnin yhteydessä tai kirjeellä postitse. Leikkauspäivänä tullessasi käytä sisäänkäyntiä Nova 1, siirry G-hissillä 3. kerrokseen ja ilmoittaudu siellä itseilmoittautumisautomaatilla.

Leikkauksen jälkeen kipulääkityksestäsi huolehditaan ja saat aloittaa liikkumisen melko pian, koska se edistää toipumistasi. Onkin tärkeää, että pyrit olemaan mahdollisimman paljon pois vuoteesta.

## Leikkaukseen valmistautuminen

Syö ennen leikkausta mahdollisimman monipuolisesti, hyvä ravitsemustila edistää leikkauksesta toipumista. Pyri syömään säännöllisesti aamupala, lounas ja päivällinen sekä välipalat. Jos suolen toimintasi on huonoa, pyri löytämään jo ennen leikkausta keinoja saada se paremmaksi, tähän saat tarvittaessa erillistä ohjausta.

Omega-3-valmisteet ja muut luontaistuotteet tulee lopettaa vähintään 3 viikkoa ennen leikkausta vuotoriskin vuoksi.

Tupakointi lisää nukutukseen liittyviä ja leikkauksen jälkeen esiintyviä hengitykseen liittyviä haittavaikutuksia, sekä heikentää haavojen paranemista. Tupakoinnin lopettaminen 4-8 viikkoa ennen leikkausta on erittäin hyödyllistä ja tarvittaessa saat siihen tukea ja opastusta. Kysy lisää hoitohenkilökunnalta lopettamiseen liittyviä ohjeita.

Ennen leikkausta jatka normaalia arkielämää kotona ja pyri säilyttämään yleiskunto hyvänä. Kävele ulkona omalla tahdillasi vähintään 30 minuuttia päivittäin. Voit halutessasi tehdä vahvistavia reisiriharjoituksia eli nouse tuoilta istumasta seisomaan ja takaisin 5-8 kertaa 2-4 kertaa päivän aikana, tämä edistää sängystä ylösnousua leikkauksen jälkeen.

Peräsuolen laskeuman leikkaushoitoa varten osta ajoissa apteekista suolen tyhjentämiseen Toilax®-yhdistelmäpakkaus (sisältää 4 tablettia ja yhden peräruiskeen)

## Leikkausta edeltävänä päivänä

Saat syödä aamulla kevyen aterian, esim. kahvia / teetä ja 1-2 viipaletta valkoista leipää. Lounaalla ja päivällisellä saat syödä kevyesti, kuten velliä, lihalientä, keitettyä kalaa tai lihaa ja 1-2 viipaletta valkoista leipää. Raa'at vihannekset, paistettu ruoka ja rasvapitoiset ruoka-aineet ovat kiellettyjä.

Mikäli olet tulossa peräsuolen laskeuman leikkaushoitoon, ota 2 kpl Toilax® -tablettia klo 13 ja 18. (Kohdun, emättimen tai rakon laskeuman leikkaukseen tulevan ei tarvitse tehdä suolen tyhjennystä ennen leikkausta, jos sitä ei ole erikseen ohjeistettu.)

**Klo 24.00 jälkeen sinun tulee olla syömättä ja juomatta. Älä syö myöskään pastilleja tai purukumia.**

## Leikkauspäivänä

Tee leikkauspäivän aamuna suolen tyhjennys Toilax® -peräruikeella (peräsuolen laskeuman leikkaukseen tuleva).

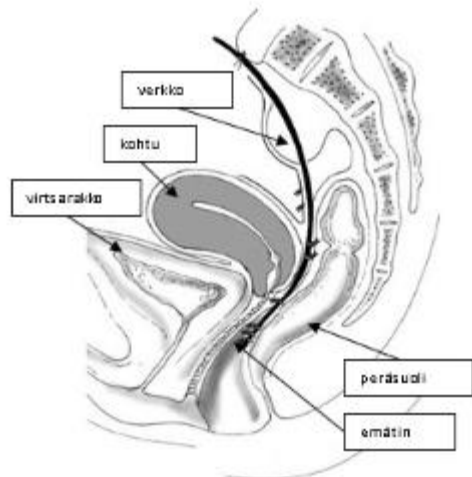
Ota erillisellä ohjeella sovitut lääkkeet veden kanssa (enintään 1 dl).

## Leikkaus

Leikkaus tehdään nukutuksessa tähytysmenetelmällä ja instrumentit viedään vatsanpeitteiden läpi pienistä ihoviilloista. Leikkauksessa peräsuolen ja emättimen väliin asetetaan verkko kiinnittämällä se lantionpohjan lihaksiin, peräsuoleen, emättimen yläosaan sekä lantion takaseinään. Samassa yhteydessä voidaan, jos edeltävästi on sovittu, viedä verkko myös virtsarakon ja emättimen etuseinämien väliin. Joskus leikkaus tehdään ilman verkkoa vahvistamalla omia kudoksia ompelemalla. Leikkausmenetelmän valinta tehdään yhdessä potilaan kanssa.

Välittömät uusintaleikkaukset ovat harvinaisia esim. suolitukoksen tai verenvuodon vuoksi. Leikkausalueen mahdollisen tulehduksen vuoksi voidaan hyvin harvoin (0,01%) joutua tekemään väliaikainen avanne.

Leikkauksen jälkeen kaikki oireet eivät välttämättä heti helpotu, paranemista tapahtuu aina vuoteen saakka. Jos laskeumaan liittyy oireena ulosteenkarkailua, voi karkailu jopa pahentua muutamaksi kuukaudeksi leikkauksen jälkeen, kunnes sulkijalihasten toiminta palautuu normaalimmaksi. Joskus virtsankarkailu voi väliaikaisesti pahentua leikkauksen jälkeen, usein oireet kuitenkin lievenevät tai paranevat muutamassa kuukaudessa ja tarvittaessa tähän annetaan omatoimisia harjoitteita.



D'Hoore, A, Cedoni, R, Penninck, F. Long-term outcome of laparoscopic ventral rectopexy for total rectal prolapse. *Br J Surg*. 2004 Nov;91(11):1500-5.

## Leikkauksen jälkeen

Toivuttuasi nukutuksesta saat tavallista ruokaa, sekä tarvittaessa täydennysravintojuomia. Tarvittaessa saat pahoinvointilääkettä, joka helpottaa ruokailun aloittamista.

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.

Tavoitteena on, että lähdet liikkeelle heti, kun olet toipunut nukutuksesta. Pystyasento ja liikkuminen edistävät toipumista, tehostavat hengitystä, verenkiertoa, sekä suolen ja rakon toimintaa.

## Kotiutuminen

Kotiudut leikkauksesta vuorokauden kuluessa, edellytyksenä, että kipu on hallinnassa lääkityksen avulla, pystyt liikkumaan, virtsaamaan, syömään ja olet saanut jälkihoito-ohjeet. Jatka kipulääkitystä annetuilla ohjeilla, tarvittaessa saat niihin reseptit.

Leikkauksessa laskeuman tukemiseksi on asetettu verkkomateriaalia, joka tarvitsee kiinnittyäkseen leikkausalueen voimakkaan rasituksen välttämistä neljän viikon ajan. Voimakas ulostamisen yhteydessä tapahtuva ponnistelu on kielletty leikkauksen jälkeen ja tätä varten olet saanut suolen toimintaa edistävän ohjauksen jo ennen leikkausta ja sitä tulee noudattaa huolellisesti. Yhdynnät ovat kiellettyjä neljä viikkoa.

Pyri mahdollisimman pian palaamaan normaaleihin arkirutiineihin. Tavoitteena on kävellä päivittäin. Mitään estettä ulkona liikkumiseen ei ole, kunhan turvallisuus on huomioitu (mm. liukkaat kelit tai kaatumisvaara ovat riskitekijöitä). Neljän viikon ajan vältä kuitenkin hyvin raskasta liikuntaa, voit aloittaa sen tauon jälkeen vähitellen kuormitusta lisäten. Sairausloman pituus vaihtelee kahdesta neljään viikkoon ja lääkäri arvioi sen tarpeellisuuden yksilöllisin perustein. Leikkauksen jälkeinen kontrolli sovitaan tarvittaessa.

## **Leikkaushaavan hoito kotona**

Kotona voit käydä suihkussa normaaliin tapaan. Haava-alue saa kastua eikä haavan päällä olevaa huokoista teippiä tarvitse kastumisen vuoksi vaihtaa. Haava-alue kuivataan painelemalla hankaamatta sitä. Jos haavassa on sulamattomat ompeleet, pidä teippiä haavan suojana ompeleiden poistoon asti. Ompeleet poistetaan lääkärin määräämänä päivänä terveyskeskuksessa. Saunaan voit mennä ompeleiden poistoa seuraavana päivänä.

Jos haavassa on sulavat ompeleet, niitä ei tarvitse poistaa. Haavateippiä voit pitää suojana viikon ajan ja saunaan voit mennä viikon kuluttua leikkauksesta ilman teippiä. Kahden viikon kuluttua voit katkaista mahdolliset solmut haavalta, esimerkiksi kynsisaksilla.

Mikäli - haavalta tulee verenvuotoa - haavateipin alta erittyy kosteutta tai pahaa hajua - haavalla on voimakasta kuumotusta, turvotusta ja punoitusta - leikkausalueella on yltyvää kipua tai - nousee kuumetta (>38°) ota yhteyttä ensisijaisesti omaan terveyskeskukseen.

## **Ennen leikkausta yhteydenotot tarvittaessa:**

Leikkaus jonotiedustelut p. 014 269 5205 ma - pe klo 9-11 ja 13-14  
Leikkauspäivän peruutukset p. 014 269 5959 ma - pe klo 7-9

## **Leikkauksen jälkeiset yhteydenotot tarvittaessa:**

Kotiutusyksikkö p. 014 269 1563 (ma – la)  
Päivystyspoliklinikka p. 116 117  
Kirurgian poliklinikka p. 014 269 1424 ma - pe klo 9-11 ja 12–15  
Naistentauti- ja äitiisyksikkö p. 014 269 1023 klo 8-14  
Synnytysvastaanotto p.014 269 1204 (päivystysaikana)

**Kahden viikon ajan leikkauksesta voit tulla suoraan keskussairaalan päivystykseen tai olla yhteydessä omaan terveyskeskukseen, mikäli sinulle tulee kotona joku seuraavista oireista:**  
Kuumetta yli 38 astetta, pahenevia vatsakipuja, pahoinvointia, oksentelua, verisiä tai mustia ulosteita.