

## Suolileikkaus endometriosisin takia

Potilasohje ja valmistautuminen

### Yleistä

Teillä on todettu endometriosisi, joka vaatii suolileikkauksen. Tässä ohjeessa annamme teille tietoja leikkauksesta ja sen jälkeisestä toipumisesta. Vain oireita aiheuttavat endometriosisin suolipesäkkeet leikataan. Yleensä endometriosisi sijaitsee peräsuolen tai paksuolen loppuosan alueella, umpilisäkkeessä ja harvemmin ohutsuolessa. Suurin osa suolileikkauksista tehdään robottivälineillä eli laparoskopialla, mistä toipuminen on yleensä nopeaa. Suolileikkaus tehdään aina gynekologin ja suolikirurgin yhteistyönä.

### Leikkaus

Leikkaus tehdään nukutuksessa. Kipuepiduraalipuudutus laitetaan ennen nukutusta. Laparoskopiassa alavatsalle tehdään 4-5 pientä 1cm haavaa. Joissain tapauksissa häpyluun päälle tulee lisäksi noin 5 cm haava helpottamaan suolen sauman tekoa. Laparoskopiassa vatsaontelo täytetään hiilidioksidikaasulla näkyvyyden saamiseksi.

Joissain tapauksissa suolen pinnalla oleva endometriosisi saadaan kuorittua pois ilman suolenosan poistoa. Yleensä kuitenkin pesäkkeen poisto vaatii paksu- ja/tai peräsuolen koko seinämän poiston (anteriorinen resektio) ja suolisauvan. Poistettava suolen kohta irrotetaan ympäristöstään, laparoskopiassa suoli nostetaan vatsanpeitteiden päälle 5 cm kokoisesta ihoviillosta ja osa suolesta poistetaan. Suoli palautetaan vatsaonteloon ja suolen päät yhdistetään toisiinsa siihen tarkoitettulla sulkulaitteella. Mikäli olosuhteet mahdollistavat, suolisauva tehdään vatsaontelossa ilman erillistä vatsanpeitteiden avausta (natural orifice spesifem extraction, eli NOSE- kirurgia). Pienet suolipesäkkeet voidaan leikata poistamalla vain se osa suolen etuseinästä, missä endometriosisipesäke sijaitsee (diskoidi resektio). Tällöin suoleen tulee pienempi suolisauva. Väliaikainen avanne on mahdollinen, mutta harvinainen varotoimenpide.

Endometriosisia saattaa löytyä myös ohutsuolessa, jolloin suolen sairas osa poistetaan ja tehdään suolisauva. Normaalista umpilisäkkeestä ei poisteta, mutta mikäli sieltä endometriosisia löytyy, se poistetaan.

Laparoskopialeikkauksen lopuksi hiilidioksidi poistetaan, mutta ohimenevää hartiapistoa ja pahoinvointia voi esiintyä johtuen vähäisestä vatsaonteloon jääneestä kaasusta. Leikkauolosuhteiden ollessa vaikeat, leikkaus saatetaan muuttaa avoleikkaukseksi. Laparoskopiahaavat ommellaan itsestään sulavilla ompeleilla ja peitetään iholiimalla. Avohaava suljetaan joko sulamattomilla ompeleilla tai haavahakasilla.

Virtsarakkoon jätetään katetri, joka poistetaan 1-2 vrk kuluttua. Joskus kudoksen poistamiseksi vatsaonteloon jätetään laskuputki, joka poistetaan yleensä seuraavana päivänä.

### Leikkauspäivänä

Leikkauksen jälkeen teidät siirretään heräämöhön ja myöhemmin saman vuorokauden aikana vuodeosastolle. Illalla saatte ottaa vapaasti nesteitä suun kautta suonensisäisen nesteytyksen lisäksi ja teille aloitetaan tarvittaessa veritulpan estolääkitys ja antibioottilääkitys. Kipuepiduraalipuudutus hoitaa

leikkauskivun. Kivun hyvä hoito mahdollistaa aikaisen ylösnousun ja liikkumisen, mikä nopeuttaa suolen toimintaa. Virtsakatetri poistetaan jos liikkuminen onnistuu.

### **Ensimmäisenä leikkauksen jälkeisenä päivänä**

Saatte syödä perusruokaa, suonensisäisesti nesteytetään vain tarvittaessa. Kipuepiduraalipuudutus mahdollistaa liikkumisen. Pahoinvointi on tavallista suolileikkauksen jälkeen ja sitä helpotetaan pahoinvointilääkkeillä. Suolen toiminnan parantamiseksi aloitetaan Pegorion-lääkitys ja ruokailua edeltävästi tarjotaan purukumi. Omatoimisuus päivittäisissä toiminnoissa edistää toipumistanne. Hengitys- ja pulloon-puhallusharjoituksia on hyvä tehdä usein. Virtsakatetri pyritään poistamaan viimeistään aamulla.

### **Toisena leikkauksen jälkeisenä päivänä**

Kipuepiduraali poistetaan viimeistään tällöin ja kipulääkkeet saatte suun kautta. Saatte syödä normaalia suolileikatun ruokaa, mikäli vointinne on hyvä. Liikkuminen parantaa suolen toimintaa.

### **Kotiutus ja jatkohoito**

Kotiutus on mahdollista 2-3 leikkauksen jälkeisenä päivänä, mikäli vointinne on hyvä, verikokeet ovat normaalistuneet, virtsaus onnistuu ja suolesta tulee ilmaa. Leikkauskivun hoitoon saatte mukaanne reseptit ibuprofeenista, parasetamolista ja tarvittaessa saatte mukaan vahvempia kipulääkkeitä. Veritulpan estolääkitys jatkuu tarvittaessa 10 vrk:n ajan. Mahdollinen endometrioosin hormonihoito jatko sovitaan ennen kotiutusta. Leikkauksen jälkeen suositellaan jatkamaan hormonaalista hoitoa 3 kk ajan. Sairaustilaa saatte 4 viikkoa. Jälkitarkastus sovitaan soittokontrollina noin 3 kk päähän.

Leikkauksen jälkeen on hyvä syödä rauhallisesti ja pieniä määriä kerrallaan. Suolen toiminnan parantamiseksi suositellaan Pegorion/Movicol annosjauhepusseja kerran päivässä kuukauden ajan. Suolileikkauksen jälkeen voi ulosteen mukana tulla kirkasta verta, mutta runsas verenvuoto tai hyytymät vaativat yhteydenoton sairaalaan. Suoli voi toimia hyvin vilkkaasti ensimmäisten viikkojen aikana, mutta tilanne rauhoittuu yleensä kuukaudessa.

Suihkussa voi normaalisti leikkauksen jälkeen. Saunaan ja ammekylpöön voitte mennä viikon kuluttua leikkauksesta. Laparoskopiahaavojen ompeleet sulavat itsestään. Niukka veristä vuotoa voi tulla emättimestä ja sinä aikana tamponin käyttöä tai yhdyntää ei suositella tulehdusvaaran takia. Mikäli endometrioosipesäkkeen poiston yhteydessä on tehty haava emättimeen tai samalla on suoritettu kohdunpoisto, tulee yhdyntää välttää 6 viikon ajan. Kevyt liikunta ja ulkoilu ovat hyväksi toipumiselle. Raskaiden taakkojen nostelua ja rasittavampien liikuntaharrastusten aloittamista suositellaan vasta kuukauden kuluttua.

### **Leikkausriskit**

Suolileikkaukseen liittyy 5-10 % komplikaatoriski. Mikäli leikkauksen jälkeen havaitaan verenvuotoa leikkausalueelle, voidaan joutua uusintaleikkaukseen, kun taas vatsaonteloon jäänyt verenpurkauma yleensä sulaa itsestään. Leikkausalue voi tulehtua, jolloin oireena on kuume, kipu ja haavan punoitus. Muita leikkaukseen liittyviä ongelmia voi olla virtsatietulehdus.

Vakavampia komplikaatioita ovat läheisten elinten vaurioituminen tai suolisauman pettäminen. Nämä vaativat uusintaleikkauksen ja mahdollisesti väliaikaisen suoliavanteen 2-3 kk ajaksi.

Mikäli kotona ilmaantuu poikkeavia oireita kuten haavaeritystä, kuumetta >38 astetta, kovia kipuja tai runsasta verenvuotoa suolesta, pyydämme ottamaan välittömästi yhteyttä hoitavaan yksikköön.

### Valmistautumisohjeet:

#### Ruokailu

- ✓ Viiden päivän ajan ennen leikkausta vältä huonosti sulavia ruokia. Näitä ovat punajuuri, mustaherukka, pinaatti, sitrushedelmät, punainen liha, sienet, pähkinät sekä siemeniä sisältävät ruoat (marjat, hedelmät, kokojyväleivät ja -puurot). Runsas nesteiden juominen ja liikunta edistävät suolen toimintaa. Ohessa on ruokavalio-ohje helpottamaan ruokailun suunnittelua.
  
- ✓ Leikkausta edeltävänä päivänä saat syödä kevyen aamupalan sekä lounaan ennen klo 11. Sen jälkeen saat juoda ainoastaan läpikuultavia nesteitä. Näitä ovat esimerkiksi vesi, laimea mehu, lihaliemi, sekä maidoton tee tai kahvi. Huomioi, että esimerkiksi mehu ei saa sisältää hedelmälihaa tai lihaliemi ei saa sisältää paloja.
  
- ✓ **Juo leikkauspäivää edeltävänä iltana kaksi purkkia ProvideXtra-juomaa (yhteensä 400 ml juomaa).**
- ✓ **Leikkauspäivänä juo 200 ml ProvideXtra-juomaa kaksi tuntia ennen ilmoittautumisaikaa.**
- ✓ **Provi deXtra-juoma ei koske diabeetikoita.**
- ✓ **Suolen tyhjentäminen leikkausta varten**
  - **Leikkausta edeltävä päivänä 2 Toilax tbl klo 13 ja klo 18**
  - **Leikkauspäivän aamuna Toilax-peräruiske**

#### PRE-OPERATIIVINEN RUOKAVALIO-OHJE

TARKOITUS: Ruokavalion tarkoituksena on vähentää leikkaukseen tulevalla maha-suolikanavan ärsytystä sekä suolen sisältöä leikkausta edeltävästi. Ruokavalion perusteena on vähäkuituiset ruoka-aineet ja se on tarkoitettu väliaikaiseen käyttöön.

Ruokavalio otetaan käyttöön 5 vrk ennen suunniteltua leikkausta ja sitä voidaan jatkaa myös leikkauksen jälkeen toipumisen alkuvaiheessa.

††

KATEGORIA	SALLITUT RUOKA-AINEET	VÄLTETTÄVÄT RUOKA-AINEET
<b>Maitotuotteet</b>	Laktoositon maito ja maitotuotteet, maustamaton tai maustettu jugurtti, vanukkaat, sulatejuustot	Jugurtit, juustot tai vanukkaat missä lisänä siemeniä tai pähkinöitä
<b>Juomat</b>	Kirkkaat nesteet, ei hedelmänlihaa	Nektariinit, hedelmänlihaa sisältävät mehut, kookos- ja luumumehut
<b>Leipätuotteet</b>	Vaalea leipä, keksit, vehnäpohjaiset leivonnaiset	Täysjyvätuotteet, ruisleipä, siemeniä/pähkinöitä kuivattuja hedelmiä sisältävät leivät ja leivonnaiset
<b>Aamiastuotteet</b>	Ei-kuitupitoiset murot, kuten riisi- ja vehnämurot, maissihiutaleet, pikapuuro	Täysjyvämurot <u>ja-puurot</u> , <u>granola</u>
<b>Jälkiruuat</b>	Vehnäpohjaiset leivonnaiset, sallitut hedelmät (kts alla), imeskeltävät makeiset, jäätelö	Kaikki, <u>joiden</u> valmistuksessa on käytetty täysjyvätuotteita, siemeniä, pähkinöitä, kookosta tai kuivattuja hedelmiä
<b>Rasvat</b>	Margariinit, voi, öljyt, majoneesi	
<b>Hedelmät</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Säilykehedelmät, omena kuorittuna appelsiinin ja greipin liha (vaalea kuori poistettu), <u>marjat</u> ja hedelmät soseina ja kiisseleinä, pehmeät hedelmät sopivat (esim. banaani, persikka, meloni ja päärynä), lasten marja- ja hedelmäsoseet.</li> </ul>	Kuivatut hedelmät, luumu, kaikki marjat sellaisenaan, tuoreiden hedelmien kuoret ja siemenet, kiivi, viinirypäleet. Hedelmän lihaa sisältävät mehut.
<b>Liha ja lihan korvikkeet</b>	Hyvin (mielellään pitkään) kypsennetty liha vähissä määrin. Broileri ja kala ensisijaisesti, kananmuna. kuorettomat makkarat	Täysjyvävalmisteet. Siemeniä, pähkinöitä tai kuivattuja papuja sisältävät tuotteet. Linssit. Sitkeät, käristetyt, voimakkaasti maustetut lihat
<b>Peruna ja lisäkkeet</b>	Kuorittu peruna ja bataatti. Valkoinen riisi ja pasta	Kaikki muut
<b>Vihannekset</b>	Hyvin kypsennetyt tuoreet vihannekset, säilykkeet. Kurkku kuorittuna ja tomaatti kuumaan veteen kastettuna ilman kuorta	Hapankaali, kurpitsat, herneet ja maissi, kypsentämättömät vihannekset
<b>Muut</b>	Suola, pippuri, sokeri, yritit, mausteet, etikat, ketsuppi, sinappi kahvi, hiilihappujuomat	Pähkinät, siemenet, popcorn, <u>pikkelsi</u>

### Hyödyllisiä vinkkejä

- ✓ Hanki vaaleasta jauhosta/riisistä tehtyjä leipiä ja muroja. Vältä täysjyvätuotteita ja tuotteita, joihin on lisätty kuitua.
- ✓ Poista vihanneksien ja hedelmien kuori ennen ruuan valmistusta
- ✓ Vältä ruokia, joissa on siemeniä, pähkinöitä tai kuivattuja hedelmiä
- ✓ Rajoita maitotuotteet 2 päiväännokseen (n.2 dl// annos)
- ✓ Pitkään kypsyttäminen vähentää ruoka-aineiden luontaista kuitupitoisuutta. Samoin niiden nauttiminen sosemuodossa.

**Esimerkkejä ateriasisällöstä:**

<u>Aamiainen</u>	<u>Lounas ja päivällinen</u>
<u>lasi appelsiinimehua</u>	<u>keittoannos tai</u>
<u>kananmuna</u>	<u>Liha/kala-annos</u>
Yksi tai useampi paahtoleipäpala voilla tai hillolla	Lisäke: kuorittuja perunoita, <u>kypesennettyjä</u> vihanneksia
Lautasellinen muroja	1 leipäpala ja voi
	Jälkiruokana hedelmä tai leivonnainen