

## Lannerangan leikkauksen jälkeen

Tämä ohje on tarkoitettu tulostettavaksi. Ohje sisältää täytettäviä kohtia.

Ohjeen tavoitteena on antaa tietoa lannerangan leikkauksen jälkeiseen aikaan.

### Kuntoutuminen

Haavalla voi esiintyä leikkauksen jälkeen haavakipua noin kahden viikon ajan. Hermojuuripinteen aiheuttama kipu, voimaheikkous tai puutuneisuus saattavat kestää kauemmin.

Toipilasoloaikana kevyt liikunta ja kotityöt ovat suositeltavia, mutta voimakasta fyysistä rasitusta on alkuun vältettävä. Pyri noudattamaan fysioterapeutin ohjeita.

Alkoholin käyttö ja tupakointi ei ole suositeltavia. Alkoholi lisää onnettomuusriskejä ja tupakointi heikentää verenkiertoa ja hidastaa haavan paranemista. Tupakointi ja ylipaino edesauttavat nikamavälilevyn rappeutumista.

### Haavan hoito

Haavaa ei tule kosketella turhaan ja se on pidettävä puhtaana. Suihkussa voi käydä ennen ompeleiden poistoa. Tarvittaessa haavalle voidaan laittaa haavateippi suojaamaan haavaa.

Ompeleet/hakaset poistetaan \_\_\_\_\_ omassa terveyskeskuksessa (työterveyshuollossa tms.).

Haavan saa kastella 2 vuorokauden kuluttua ompeleiden/hakasten poistosta.

Saunaan / uimaan voi mennä 2 viikon kuluttua ompeleiden poistosta.

Jos haavalle on laitettu sulavat ompeleet, haava tulee olla suojattuna \_\_\_\_\_ asti.

Sen jälkeen voit poistaa sidokset/haavateipit. Saunaan / uimaan voit mennä 2 viikon kuluttua teippien poistosta.

### Jälkitarkastus ja todistukset

Jälkitarkastusajan saat mukaasi kotiutuessasi tai se lähetetään postin mukana kotiin.

Kotiutuessa lääkäri kirjoittaa tarvittaessa sairauslomatodistuksen. Mikäli tarvitset myöhemmin jatkoa sairauslomalle, tulee sinun ottaa yhteyttä omaan terveyskeskukseen/työterveyshuoltoon.

## **Lääkitys ja reseptit**

Kotiutuessasi kotilääkitys jatkuu ennallaan, ellei sinua ole toisin ohjeistettu. Lääkäri kirjoittaa reseptit tarvittavista lääkkeistä. Jatkossa reseptien uusiminen tapahtuu oman terveystieteiden keskuksen kautta.

## **Ongelmatilanteissa**

Ota yhteys ensisijaisesti oman alueesi päivystykseen:

- jos nousee kuume
- jos haava vuotaa
- jos haavassa on tulehduksen merkkejä (punoitusta, kuumotusta, eritystä)
- jos haavalle kertyy ihonalaista nestettä (pullotusta)
- jos tulee lisääntyvää päänsärkyä tai pahoinvointia
- jos raajavoimat heikkenevät tai puutuneisuus lisääntyy
- jos tulee muita ongelmia joiden epäilet liittyvän saamaasi hoitoon

Kotiutumiseen liittyvissä asioissa voit olla yhteydessä sairaanhoitajan ohjauspuhelimeen 02 3137172 arkisin kello 14-15.

Todistusasioissa voit soittaa suoraan osastonsihteerille 02 313 2249 arkisin kello 8-15.

Toivotamme sinulle hyvää vointia!