Opas selkäleikkaukseen tulevalle lapselle/nuorelle ja perheelle

Olet tulossa selkäleikkaukseen Tyksin Lasten ja nuorten klinikalle Majakkasairaalaan. Leikkauksessa korjataan selän virheasento. Virheasennon korjaaminen

- vähentää mahdollisia selkäkipuja
- turvaa hengitystoimintaa
- helpottaa istumis- ja seisomistasapainoa

Tämän oppaan tarkoituksena on auttaa sinua ja perhettäsi valmistautumaan tulevaan leikkaukseen.

Ennen leikkaukseen tuloa

Leikkauspäätöksen jälkeen saat ajan sairaanhoitajan vastaanotolle. Vastaanotolla sinun ja vanhempiesi kanssa käydään läpi asioita, joihin teidän tulee kiinnittää huomiota ennen selkäleikkausta. Myös kokonaistilanteen selvittäminen on tärkeää leikkausturvallisuuden ja toipumisen kannalta, jonka vuoksi ennen selkäleikkausta

- otetaan verinäytteitä ja pumpulitikkunäyte sieraimista
- tehdään erilaisia kuvantamistutkimuksia
- tehdään keuhkojen toimintakoe eli spirometria
- selvitetään yleistä terveydentilaa

Perussairaudet

Ajantasaiset tiedot perussairauksista, lääkityksistä ja allergioista ovat tärkeitä selkäleikkaukseen tullessa. Perussairauksien (esimerkiksi astman, diabeteksen tai epilepsian) tulisi olla hyvässä hoitotasapainossa ennen leikkausta. Olkaa tarvittaessa yhteydessä perussairauksia hoitaviin lääkäreihin. Ottakaa perussairauksien hoitoon määrätyt lääkkeet (esimerkiksi omat astmasuihkeet) mukaan sairaalaan leikkaukseen tullessa. Jos perussairauksien hoito vaatii sairaalassa erityisjärjestelyjä, ottakaa hyvissä ajoin yhteyttä Lasten ja nuorten kirurgian hoidonvaraajaan.

Tulehdukset

Kaikki tulehdukset, kuten hengitystie- ja poskiontelotulehdus, virtsatietulehdus, kynsivallintulehdus, tulehtunut ihottuma, akne (märkäiset näppylät) ja ihorikot voivat olla este selkäleikkaukselle. Tulehdukset hoidetaan yleensä oman terveyskeskuksen kautta.

Tarvittaessa sairaalasta kirjoitetaan lähete ihotautien poliklinikalle ihotulehdusten, esimerkiksi selän alueella olevan aknen, hoitamiseksi.

Ihon kunto

Pese ja hoida ihoa normaaliin tapaan ennen selkäleikkausta. Jos ihosi on kovin kuiva, voit pestä ja rasvata sitä perusvoiteella. Pesuun voit käyttää myös apteekista hankittavia kuivan ja herkän ihon pesuvoiteita. Kiinnitä erityistä huomiota ihopoimujen ja varvasvälien ihon kuntoon.

Kynsien alla on runsaasti mikrobeja eli taudinaiheuttajia. Erityisen paljon mikrobeja on pitkien kynsien ja rakennekynsien alla. Myös kynsilakka ja geelikynnet lisäävät mikrobien määrää. Leikkaa kynnet lyhyiksi ja poista kynsilakat sekä mahdolliset geeli- ja rakennekynnet mielellään jo viikkoa ennen sairaalan tuloa.

Ihokarvojen poistaminen kertakäyttöterillä rikkoo ihon pintaa ja altistaa infektioille. Rikkinäisellä iholla on enemmän mikrobeja kuin terveellä ja puhtaalla iholla. Sen vuoksi ihokarvojen poistamista ei suositella selkäleikkausta edeltävän viikon aikana. Ihokarvojen poistaminen on kiellettyä kahtena leikkausta edeltävänä päivänä.

Älä ota myöskään tatuointia tai iholävistyksiä selkäleikkausta edeltävän viikon aikana. Poista kaikki korut ja lävistykset jo viikkoa ennen sairaalaan tuloa tai viimeistään sairaalassa ennen leikkausta.

Hampaiden kunto

Suun ja hampaiden hyvä kunto on erittäin tärkeää selkäleikkaukseen tullessa. Leikkauksessa selkään asennetaan vierasesine, johon elimistössä olevat bakteerit herkästi hakeutuvat saattaen aiheuttaa tulehduksia.

Hammastarkastus on tarpeen, jos edellisestä hammaslääkärikäynnistäsi on aikaa yli puoli vuotta. Varatkaa aika hammaslääkärille jo muutama kuukausi ennen selkäleikkausta, jotta mahdollinen hammashoito ehditään toteuttaa ennen leikkausta.

Kiinnitä erityistä huomiota ikenien terveyteen. Ientulehdus voi huomaamattomasti levitä laajalle hampaistoon ja kiinnityskudoksiin. Pyytäkää hammaslääkäriltä ohjeet mahdollisen ientulehduksen hoitamiseksi. Ientulehduksen hoito vaatii aikaa ja omaa aktiivisuutta.

Jos sinulla on hampaiden oikomishoito menossa tai suunnitteilla, ottakaa yhteyttä Lasten ja nuorten ortopedian poliklinikalle.

Elämäntavat

Hyvä ravitsemustila auttaa toipumaan leikkauksesta ja vahvistaa elimistön puolustus-järjestelmää vähentäen tulehdusriskiä. Syö monipuolista ravintoa, nauti riittävästi nesteitä ja käytä D-vitamiinilisää (20 µg/vrk) säännöllisesti ennen selkäleikkausta. Tarvittaessa sairaalan henkilökunta ohjaa teidät ravitsemusterapeutin vastaanotolle.

Mahdollinen ylipaino vaikeuttaa selkäleikkauksen teknistä suorittamista, lisää komplikaatioriskiä ja pitkittää toipumisaikaa. Ruokavalion ja ruokailutottumusten muuttaminen sekä liikunnan lisääminen auttavat normaalipainon saavuttamisessa. Hyvä yleis- ja lihaskunto edesauttavat myös leikkauksesta toipumista. Tarkempia ohjeita painonhallintaan saatte tarvittaessa lastenneuvolasta, kouluterveydenhuollosta tai omasta terveyskeskuksesta.

Monilla skolioosia sairastavilla ruoan ja nesteen eteneminen ruoansulatuskanavassa on hitaampaa selkärangan virheasennosta tai perussairaudesta johtuen. Selkäleikkauksen jälkeen selkärangan muuttunut asento ja vatsan alueen hermotuksen muutokset voivat aiheuttaa suoliston toimintahäiriöitä. Jos sinulla on taipumusta ummetukseen, aloittakaa ummetuksen hoito (ruokavalio, riittävä juominen, liikunta, tarvittaessa lääkehoito) jo kotona ennen leikkausta.

Nuku riittävästi selkäleikkausta edeltävinä viikkoina. Se edesauttaa leikkauksesta toipumista.

Tupakointi supistaa verisuonia hidastaen selkärangan luutumista ja haavan paranemista. Lopeta tupakointi viimeistään muutama viikko ennen selkäleikkausta. Tarvittaessa saat vierotusohjausta omasta terveyskeskuksesta.

E-pillereiden käyttö lisää laskimotukosten riskiä. Lopeta käyttö viimeistään kuukausi ennen selkäleikkausta. Huolehdi raskauden ehkäisystä tauon aikana muulla tavoin. Myös kuukautisten hormonaalinen siirto ennen leikkausta on kiellettyä.

Rokotukset

Suosituksen mukaan kaikkien yleisen rokotusohjelman mukaisten rokotusten tulisi olla kunnossa ennen selkäleikkausta. Lastenneuvola, kouluterveydenhuolto tai oma terveyskeskus huolehtii rokotusten antamisesta.

Suomessa suositellaan vesirokkorokotusta kaikille yli 13-vuotiaille nuorille, jotka eivät ole sairastaneet vesirokkoa. Käy tarvittaessa terveyskeskuksessa ottamassa rokote vähintään kuukausi ennen selkäleikkausta.

Syksyisin suositellaan influenssarokotusta ennen selkäleikkausta. Käy terveyskeskuksessa ottamassa rokote vähintään 2 viikkoa ennen leikkausta.

Stafylokokin seulonta

Ennen selkäleikkaukseen tuloa sinulta otetaan pumpulitikulla näyte molemmista sieraimista Staphylococcus aureuksen eli stafylokokin seulomiseksi. Stafylokokki on tavallinen, ihmisen iholle ja limakalvoille kuuluva mikrobi, joka altistaa haavatulehduksille.

Jos stafylokokkia esiintyy nenäsi limakalvoilla, sen määrää vähennetään antibioottia sisältävällä nenävoiteella. Nenävoidetta käytetään 5 vuorokauden ajan ennen selkäleikkausta. Saatte nenävoiteesta sähköisen reseptin ja tarkemmat käyttöohjeet.

Muuta

Sairausloma-, yöpymis- ja jatkohoitoasioita on hyvä selvittää jo hyvissä ajoin ennen selkäleikkausta.

Toisen vanhemman kerrallaan on mahdollista saada Kelalta Erityishoitorahaa alle 7-vuotiaan tai 7-15 -vuotiaan vaikeasti sairaan lapsen sairaalahoidon ajalta. Erityishoitorahaa on mahdollista saada myös alle 16-vuotiaan vaikeasti sairaan lapsen sairaalahoitoon liittyvästä kotihoidosta.

Erityishoitoraha on korvaus vanhemman ansionmenetyksestä ja edellyttää, että vanhempi on osallistunut lapsen hoitoon. Vuodeosaston lääkäri kirjoittaa todistuksen (D) Erityishoitorahan hakemiseksi. Kela kuitenkin viime kädessä päättää mahdollisista korvauksista. Lisätietoja saatte www.kela.fi ja/tai Tyksin Lasten ja nuorten klinikan kuntoutusohjaajalta.

Jos olet itse ansiotyössä tai suoritat peruskoulun jälkeisiä opintoja, vuodeosaston lääkäri kirjoittaa sinulle poissaolotodistuksen (A) sairausloman ajalta.

Vanhemmille on tarjolla erilaisia yöpymisvaihtoehtoja sairaalahoidon aikana. Niistä on hyvä keskustella etukäteen hoidonvaraajan kanssa.

Sairaala ei vastaa omaisuuden säilymisestä, joten korut ja muut arvoesineet kannattaa jättää kotiin leikkaukseen tullessa.

Ottakaa mahdollisimman pian yhteyttä hoidonvaraajaan tai Lasten ja nuorten kirurgian yksikköön, jos juuri ennen leikkausta

- sairastut kuumetautiin
- sinulla todetaan jokin tulehdus
- sinulla on ihottumaa
- leikkausalueelle tulee ihovaurio (esimerkiksi haava)

Tulopäivänä

Selkäleikkausta edeltävänä päivänä tulet Lasten ja nuorten kirurgian yksikköön leikkausvalmisteluja varten. Jos leikkauspäivä on maanantai, tehdään suurin osa leikkausvalmisteluista ennalta sovittuna arkipäivänä ennen leikkaukseen tuloa.

Tulopäivän valmistelut

- verinäytteitä
- selän röntgen-kuvaus (EOS)
- selän valokuvaus
- perusmittauksia (paino, pituus, verenpaine, syke, happisaturaatio eli happikyllästeisyys ja jäännösvirtsan mittaus)
- leikkausalueen ihon kunnon tarkistus
- leikkaavan lääkärin tapaaminen

- anestesia- eli nukutuslääkärin tapaaminen
- kipumittarin esittely
- suolentyhjennys juotavalla tyhjennyslääkkeellä tai peräruiskeella
- suihku, koko kehon ja hiusten pesu antiseptisella eli mikrobeja vähentävällä pesuvaahdolla

Lisäksi fysioterapeutti

- ohjaa selkäleikkauksen jälkeiset hengitysharjoitukset ja opettaa hengitysapuvälineen (yleensä vesi-PEP) käytön
- opettaa selkäleikkauksen jälkeistä kääntymis- ja ylösnousutekniikkaa, jotta selkä ei altistu turhalle rasitukselle
- kertoo selkäleikkaukseen liittyvistä rajoituksista ja kuntoutumisesta leikkauksen jälkeen
- ohjaa tarvittaessa korsetin käytössä ja hankinnassa (osalle potilaista tehdään yksilöllinen korsetti selkäleikkauksen jälkeen)

Leikkauspäivänä

Leikkauspäivän aamuna sinun tulee olla syömättä vähintään 6 tuntia ennen leikkausta. Mahdollisten lääkkeiden yhteydessä saat juoda vähän vettä. Sinut herätetään noin tuntia ennen leikkausosastolle pääsyä.

Leikkauspäivän valmistelut

- WC:ssä käynti, hampaiden pesu, pitkien hiusten letitys (”ranskalaiset letit”)
- leikkausvaatteiden vaihto
- mahdollisen esilääkkeen ja/tai perussairauksien hoidossa merkityksellisten lääkkeiden anto
- puudutelaastareiden laitto molempiin kämmenselkiin suonikanyylin laittoa varten
- antiseptisen napahauteen laitto
- lämpöpeiton laitto

Vuodeosaston hoitaja siirtää sinut sängyllä leikkausosastolle kello 8 (maanantaisin kello 9). Toinen vanhemmistasi saa tulla mukaan leikkaussaliin ja olla vierelläsi nukahtamiseen saakka.

Ennen nukutusta anestesialääkäri laittaa sinulle yhden suonikanyylin. Muut leikkaussalissa tehtävät leikkausvalmistelut aloitetaan vasta nukahtamisen jälkeen, eivätkä ne aiheuta sinulle kipua. Leikkausvalmisteluihin kuluu kaikkiaan 2 tuntia ja niihin kuuluu mm. erilaisten valvontalaitteiden ja letkujen asettamista. Selkäleikkaus kestää noin 4-5 tuntia.

Leikkauksen päätyttyä leikkaava lääkäri soittaa vanhemmillesi ja sinut siirretään Lasten ja nuorten teho-osastolle. Teho-osaston hoitaja soittaa vanhemmillesi, kun he saavat tulla leikkauksen jälkeen sinua katsomaan. Yleensä teho-osastolle pääsee noin 1-2 tunnin kuluttua selkäleikkauksen päättymisestä.

Leikkauksen jälkeen sairaalassa

Selkäleikkauksen jälkeen sairaalahoito kestää 5–14 vuorokautta, toipumisesta riippuen. Teho-osastolla huolehditaan leikkauksen jälkeisestä alkuvaiheen valvonnasta ja hoidosta vähintään yhden yön yli.

Teho-osastolla hoitaja on vierelläsi suuren osan ajasta. Aluksi jaksat lähinnä lepäillä ja tarvitset paljon hoitajien apua. Ensimmäisinä päivinä hoitajat huolehtivat mm. asennonvaihdoistasi 2-3 tunnin välein. Vähitellen omat voimasi riittävät esimerkiksi television katseluun. Vuodeosastolla päivääsi rytmittävät ruokailut ja liikkumisharjoitukset.

Vanhempasi voivat osallistua hoitoosi mahdollisuuksiensa mukaan. Muiden vierailijoiden käyntejä voidaan joutua rajoittamaan, erityisesti teho-osastolla, jotta saat levätä ja toipua rauhassa.

Valvontalaitteet ja letkut

Teho-osastolla vointiasi seurataan tiiviisti valvontalaitteiden avulla. Seurantaa ja hoitoa varten sinulla on myös useita letkuja:

- laskimokanyylit (yleensä 2-3 kpl) suonensisäistä nesteytystä ja lääkehoitoa varten
- valtimokanyyli jatkuvaan verenpaineen seurantaan ja verinäytteiden ottoon
- nenä-mahaletku pahoinvoinnin ja oksentelun ehkäisemiseksi
- virtsakatetri virtsarakon tyhjentämiseksi ja virtsanerityksen seuraamiseksi
- haavadreeni eli leikkausalueelta tuleva laskuputki leikkausalueen eritteiden poistamiseksi

Valvontalaitteet ja osa letkuista poistetaan ennen vuodeosastolle siirtoa. Nenä-mahaletku poistetaan yleensä jo heti leikkauspäivänä. Pääset vuodeosastolla eroon lopuista letkuista toipumisen edetessä.

Välttäkää letkujen turhaa koskettelua tulehdusten ehkäisemiseksi. Jos letkuihin koskeminen on kuitenkin tarpeen, esimerkiksi liikkeelle lähdön vuoksi, desinfioikaa kädet ensin huolellisesti käsihuuhteella.

Verinäytteet

Verinäytteitä otetaan teho-osastolla jopa useita kertoja päivässä. Koska hoitaja saa verinäytteet yleensä valtimokanyylista, ei niiden otto aiheuta sinulle kipua. Valtimokanyyli poistetaan ennen vuodeosastolle siirtoa. Vuodeosastolla verinäytteitä otetaan harvemmin ja ennen näytteenottoja saat halutessasi puudutelaastarin.

Kivun hoito

Selkäleikkauksen jälkeen kipua ehkäistään ja hoidetaan tehokkaalla kipulääkityksellä. Hyvä kivun hoito edistää leikkauksesta toipumista. Kipua arvioidaan säännöllisesti mm. kipumittarin avulla, joka esitellään sinulle vuodeosastolla ennen leikkausta.

Saat kipulääkkeitä sekä säännöllisesti että aina tarpeen mukaan. Aluksi kipua lääkitään suonensisäisesti, mutta varsin pian siirrytään suun kautta nautittaviin lääkkeisiin. Suun kautta nautittavia kipulääkkeitä löytyy nieltävien tablettien lisäksi esimerkiksi suussa sulavina tabletteina ja nestemäisinä valmisteina. Kivun hoitoa kuitenkin helpottaa, jos osaat niellä edes pieniä tabletteja. Jos tablettien nieleminen on sinulle vaikeaa, voit harjoitella sitä kotona ennen leikkaukseen tuloa esimerkiksi vitamiini- tai kalkkitablettien avulla.

Kipua voidaan lievittää myös erilaisilla hoidollisilla menetelmillä. Hyviä menetelmiä ovat esimerkiksi

- hyvä asento tyynyin tuettuna
- asennonvaihdot
- kylmäpakkaukset haavalla
- lämpöpakkaukset hartioilla
- lepo ja/tai jalkeilla olo tilanteen mukaan
- hartioiden rentouttaminen
- syvän hengityksen tekniikka
- ajatusten suuntaaminen mukaviin mielikuviin, asioihin tai puuhiin

Hengitys

Hengityskone turvaa hengitystäsi nukutuksen aikana. Hengitysputki poistetaan, kun heräät nukutuksesta joko leikkaussalissa tai teho-osastolla. Sen jälkeen hengität itse, mutta saatat alkuun tarvita hengitystukea esimerkiksi happimaskin tai -viiksien avulla. Säännölliset hengitysharjoitukset hengitysapuvälineen avulla tehostavat hengitystä ja vähentävät usein hengitystuen tarvetta.

Hengitysharjoitukset ovat tärkeitä

- hyvän hapetuksen aikaan saamiseksi
- haavan paranemisen ja leikkauksesta toipumisen edistämiseksi
- tulehdusten, esimerkiksi keuhkokuumeen, ehkäisemiseksi
- liman poistamiseksi keuhkoputkista

Nestehoito ja ruokailu

Selkäleikkauksen jälkeen riittävä nesteiden saanti turvataan alkuun suonensisäisellä nestehoidolla. Juominen ja syöminen aloitetaan voinnin mukaan. Saat juoda pieniä määriä jo leikkauspäivän iltana. Aluksi ruokahalusi voi olla huono, mutta se kohenee vähitellen toipumisen edetessä. Nauttimiesi nesteiden määrää seurataan, kunnes juominen alkaa sujua entiseen tapaan.

Virtsaaminen

Ensimmäisinä päivinä sinulla on virtsakatetri eli virtsaputken kautta virtsarakkoon menevä letku. Virtsakatetrin avulla virtsarakko tyhjenee virtsasta virtsankeräyspussiin.

Virtsakatetri poistetaan 2-3 päivän kuluttua leikkauksesta, kun jaksat taas nousta istumaan virtsaamisen ajaksi. Katetrin poiston jälkeen virtsaaminen voi tuottaa aluksi vaikeuksia. Kipu ja suolen toiminnan ongelmat usein lisäävät virtsaamisvaikeuksia. Tilanne korjaantuu kuitenkin yleensä muutamassa päivässä.

Virtsakatetrin poiston jälkeen varmistetaan vähintään kahdesti, että saat virtsarakon virtsaamalla riittävän tyhjäksi. Jos virtsarakkoon jää runsaasti jäännösvirtsaa, se altistaa virtsatieinfektioille. Jäännösvirtsan määrä tutkitaan ultraäänilaitteella vatsan päältä heti virtsaamisen jälkeen. Jos et saa virtsattua tai jäännösvirtsan määrä on liian suuri, virtsarakko tyhjennetään kertakatetroimalla. Kertakatetroinnissa virtsakatetria ei jätetä paikoilleen, vaan se poistetaan heti, kun virtsarakko on saatu tyhjäksi.

Suolentoiminta

Suolen toiminnan ongelmat ovat tavallisia selkäleikkauksen jälkeen. Säännöllisestä suolen toiminnasta huolehditaan mm. lääkityksen ja tarvittaessa peräruiskeiden avulla. Kun suoli alkaa toimia, myös ruokahalu usein paranee.

Voit itse edesauttaa suolen toimintaa mm.

- juomalla riittävästi
- pureskelemalla purukumia
- liikkumalla vointisi mukaan

Raajojen liikkeiden seuranta

Selkäleikkauksen jälkeen raajojen tuntoa ja liikkeitä seurataan säännöllisesti. On tärkeää, että kerrot hoitohenkilökunnalle, jos

- raajoissasi tai muualla kehossasi ilmenee puutumista, tunnon heikentymistä tai herkistymistä tai muita poikkeavia tuntemuksia
- raajoissasi tai muualla kehossasi ilmenee toiminnallista muutosta, vaikeutta tai heikkoutta, esimerkiksi jalkojen pettämistä

Haavataitos ja peseytyminen

Selkäleikkauksen yhteydessä haavalle laitetaan vedenkestävällä haavakalvolla suojattu taitos, jota pidetään mahdollisuuksien mukaan paikoillaan 2 viikon ajan. Haavataitos poistetaan yleensä siis vasta kotona. Tarvittaessa taitos voidaan vaihtaa tai poistaa jo aiemmin. Taitoksen turhaa koskettelua tulee kuitenkin välttää.

Haavataitos

- suojaa haavaa
- pitää haavan pinnan kuivana
- ylläpitää hyviä olosuhteita haavan paranemisen edistämiseksi

Alkuvaiheessa hoitajat avustavat sinua peseytymisessä ja pesut tapahtuvat vuoteessa. Myöhemmin pääset haavataitoksen kanssa suihkuun.

Liikkuminen

Selkäleikkauksen kuntoutumisvaihe on pitkä. Kuntouttaminen aloitetaan vähitellen fysioterapeutin ohjeiden mukaan. Fysioterapeutti avustaa sinut ensimmäisen kerran istumaan ja ehkä seisomaan jo teho-osastolla ensimmäisenä leikkauksen jälkeisenä päivänä. Sen jälkeen istumista, seisomista ja kävelyä harjoitellaan vuodeosastolla päivittäin. Ennen kotiutumista harjoittelet kävelyä myös portaissa.

Leikkauksen jälkeen kotona

Selkäleikkaus on suuri toimenpide ja vaatii voimavaroja koko perheeltä. Toipuminen etenee kuitenkin nopeasti ja antaa onnistumisen tunteita kaikille osapuolille. Tavoitteena on, että kotiutuessasi selviydyt päivittäisistä toiminnoista lähes itsenäisesti.

Kivun hoito

Säännöllinen kipulääkitys on kotiutumisvaiheessa yleensä vielä tarpeen. Kivut ovat kuitenkin useimmiten hallinnassa peruskipulääkkein. Saatte kipulääkkeistä sähköisen reseptin ja yksityiskohtaiset annosteluohjeet kotiutumisen yhteydessä.

Haavan hoito

Selkäleikkauksessa haava suljetaan joko sulavin ompelein tai poistettavin hakasin. Sulavia ompeleita ei tarvitse poistaa. Hakaset poistetaan omassa terveyskeskuksessa 14 päivän kuluttua leikkauksesta. Saatte haavanhoito-ohjeet kotiutumisen yhteydessä.

Tulehdusten ennaltaehkäisy ja hoito

Selkään asennetun vierasesineen vuoksi kaikki tulehdussairaudet, kuten keuhkojen tai virtsateiden bakteeritulehdukset ja hammasjuurten tulehdukset, on hoidettava huolellisesti. Virusperäiset hengitystietulehdukset, esimerkiksi tavalliset flunssat, eivät ole tulehdusriski selän vierasesineen kannalta.

Ilmoittakaa aina lääkäri- ja hammaslääkärikäyntien yhteydessä selän vierasesineestä. Pienehköjenkin toimenpiteiden, kuten katetrointien, punktioiden ja limakalvoja rikkovien hammastoimenpiteiden (esimerkiksi hampaanpoistojen), yhteydessä lyhyt antibioottihoito saattaa olla tarpeen.

Lävistysten tai tatuointien ottamista ei suositella, ainakaan ensimmäisen puolen vuoden aikana leikkauksesta.

Päivähoito, koulu ja liikunta

Voit palata päivähoitoon tai kouluun 4 viikon kuluttua selkäleikkauksesta. Koulu- ja vapaa-ajan liikunta ovat kiellettyjä 6 kuukauden ajan leikkauksesta. Kävely on ainoa, mutta yleiskunnon kannalta hyvä ja suositeltava, liikuntamuoto ensimmäisen puolen vuoden aikana. Selän kiertoliikkeitä, taivutuksia ja kaikkia äkkinäisiä liikkeitä tulee välttää. Nosto- ja kantolupa on vain muutaman kilogramman taakoille.

Puolen vuoden kuluttua selkäleikkauksesta monipuolinen perus- ja koululiikunta ovat jälleen sallittuja ja suotavia. Fyysisiä kontaktilajeja ei suositella. Ennen kotiinlähtöä saatte yksilölliset ohjeet liikkumisesta ja selkäleikkaukseen liittyvistä rajoituksista.

Seuranta

Selkäleikkauksen jälkitarkastukset suunnitellaan yksilöllisesti ja tehdyn leikkauksen mukaan. Yleensä ensimmäinen jälkitarkastus on kuitenkin joko 3 tai 6 kuukauden kuluttua leikkauksesta Lasten ja nuorten ortopedian poliklinikalla. Seuraava seurantakäynti on normaalisti noin 2 vuoden kuluttua leikkauksesta, jonka jälkeen seuranta päättyy.

Yhteystiedot

Toivomme, että tämä opas auttaa sinua ja perhettäsi selkäleikkaukseen valmistautumisessa. Lisätietoja saatte aihealueen mukaan Tyksin

- Lasten ja nuorten ortopedian poliklinikan sairaanhoitajalta, puhelin 02 313 0412 (soittoajat ma, ke-pe kello 8.15-9.00)
- Lasten ja nuorten kirurgian hoidonvaraajalta, puhelin 02 313 1448 (soittoajat ma-pe kello 9-15)
- Lasten ja nuorten kirurgian yksikön henkilökunnalta, puhelin 02 313 3493 tai 02 313 1411
- Lasten ja nuorten klinikan kuntoutusohjaajalta, puhelin 040 840 2910 (virka-aikaan sosiaalietuuksiin liittyvissä asioissa)