

Nivustyrän tähystysleikkaus

Sinulle on tehty nivustyrän tähystysleikkaus. Siinä nivuseen syntynyt tyräaukko on korjattu verkolla tähystimien avulla.

Haavanhoito

Leikkauksen jälkeen haava-alueella voi olla mustelmia ja turvotusta.

Miehillä mustelmia ja turvotusta voi olla myös kivespusseissa.

Ne eivät yleensä vaadi hoitoa, vaan häviävät itsestään toipumisaikana.

Voit poistaa sidokset haavoilta vuorokauden kuluttua leikkauksesta.

Pese kädet aina ennen kuin kosket sidoksiin.

Voit mennä suihkuun sidosten poistamisen jälkeen. Älä saippuoi tai hankaa haavoja. Jos haava vuotaa suihkun jälkeen, suojaa se puhtaalla sidoksella.

Voit mennä saunaan ja kylpyyn 10 päivän kuluttua leikkauksesta tai ompeleiden poiston jälkeen.

Jos haavoilta pitää poistaa ompeleet, varaa aika omaan terveyskeskukseen. Ompeleiden poistopäivä:

Kivunhoito

Leikkauksen yhteydessä haava-alueelle laitetaan pitkävaikutteista puuduteainetta, joka vähentää haavakipua leikkauspäivän aikana.

Lisäksi voit käyttää kipulääkettä, jota saa apteekista ilman reseptiä. Tarvittaessa lääkäri kirjoittaa kipuläakereseptin.

Toipumistasi helpottaa huomattavasti, kun käytät kipulääkettä säännöllisesti muutaman vuorokauden leikkauksen jälkeen.

Jos yskit tai aivastat, tue leikkausaluetta kädellä. Se ehkäisee kipua.

Leikkauksen jälkeen saatat tuntea pistosta hartiassa ja kipua pallean seudussa. Se on normaalia ja menee yleensä ohi parissa päivässä.

Liikunta

Voit aloittaa kevyen liikunnan leikkauksen jälkeen.

Voit liikkua sen verran, kun vointi sallii. Kun olet liikkeellä, tyräverkko asettuu paikalleen, eikä arpikudosta muodostu niin paljon leikkausalueelle.

Vältä kovia ponnistuksia, työntämistä ja vetämistä.

Ruokavalio

Monipuolinen ja säännöllinen ruokavalio edistää toipumistasi.

Se estää myös ummetusta.

Voit välttää ummetusta, kun juot runsaasti nesteitä ja syöt kuitupitoista ravintoa.

Sairausloma

Leikkauksen tehnyt lääkäri kirjoittaa sinulle sairauslomatodistuksen.

Ota yhteyttä

Ota yhteyttä, jos

- toipuminen ei suju odotetusti ja vointi huononee
- tunnet yltyvää vatsakipua
- kuume nousee yli 38 asteeseen
- haavakohdassa on lisääntyvää kuumotusta, punotusta tai turvotusta.

Yhteystiedot

Päiväkirurgian yksikkö
Maanantaista perjantaihin kello 8.00-15.00
Puhelin 02 627 3840

Leikkausosaston kotiutushoitaja
Maanantaista perjantaihin kello 8.00-15.00
Puhelin 044 707 7488

Kirurgian osasto 3
Puhelin 02 627 6230