

## Ahdasolkavaivan leikkaus

Tämä ohje on tarkoitettu tulostettavaksi. Ohje sisältää täytettäviä kohtia.

Olkalisäkkeen alaisen tilan ahtaus voi aiheuttaa hankausärsytystä olkapäätä liikuttaviin jänteisiin. Hankauksen seurauksena jännekudokseen tulee tulehdusreaktio aiheuttaen leposärkyä sekä kipua ja usein liikerajoitusta. Mikäli olkapään liikeharjoittelulla ei saavuteta toivottua tulosta, niin päädytään leikkaukseen, jolloin tehdään olkalisäkkeen avarrus (acromionplastia).

### Toimenpide

Leikkaus tehdään yleisemmin tähystyskirurgisena toimenpiteenä puudutuksessa ja/tai nukutuksessa. Leikkauksessa poistetaan ahtautta aiheuttava kohta olkalisäkkeen alapinnan luusta.

### Kuntoutus

Leikkauksen lopputulos riippuu erittäin paljon siitä, kuinka ahkerasti jaksat itse harjoittaa olkaniveltä. 4-8 viikon kuluttua leikkauksesta olkanivelessä tulisi olla normaali liikkuvuus. Lopullinen kuntoutuminen tapahtuu kuitenkin kuukausien kuluessa leikkauksesta.

Olkapään liikeharjoitteita tulee tehdä heti leikkauksen jälkeen kivun mukaan liikkeitä vähitellen lisäten

### Haavanhoito

Suihkuun saat mennä vuorokauden kuluttu

- A. poista taitokset ja siteet haavalta, laita uusi sidos haavalle suihkun jälkeen.
- B. jos sinulla on kipupumppu, leikkausalue on pidettävä kuivana. Kipupumpun poiston jälkeisenä päivänä (3. vuorokautta leikkauksesta) saat kastella myös leikkausalueen. Sidokset poistetaan ennen suihkuun menoa.

Ompeleet poistetaan 7–12 vuorokauden kuluttua terveystieteiden keskuksessa, työterveyshuollossa tai neuvolassa (\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_). Saunaan saat mennä vuorokauden kuluttua ompeleiden poistosta.

## Kivunhoito

Olkapään puudutus on osa kivunhoitoa ja se kestää useita tunteja, jopa iltaan asti. Leikkauksen lopussa voidaan laittaa olkapäähän ohut letku, johon yhdistetään puudutepumppu.

Lisäksi on hyvä ottaa säännöllisesti kipulääkettä 1–4 vuorokauden ajan ja sen jälkeen tarvittaessa:

Parasetamoli

---

Tulehduskipulääke

---

Vahva kipulääke

---

Muut lääkkeet

---

Olkapää voi olla turvoksissa leikkauksen jälkeen. Kylmäpakkaukset ja kipulääkitys vähentävät turvotusta ja kipua edistäen toipumista. Kantosidettä käytetään kivun hoitona noin parista päivästä kahteen viikkoon leikkauksen jälkeen.

Jälkitarkastus lääkärillä on noin 4 viikon kuluttua leikkauksesta.

Sairausloma on 4–6 viikkoa työn rasittavuudesta riippuen.

## Yhteydenotot

Tulehdusoireiden (yltyvä kipu, voimakas turvotus, kuumotus, punoitus, jatkuva haavaeritys) tai muun ongelman ilmaantuessa tulee ottaa yhteys terveystieteiden tai hoitavaan yksikköön.

Päiväkirurginen yksikkö arkisin kello 07.00–15.00 puhelin 06 213 1552

Oma terveystieteiden tai työterveyshuolto

Sairaanhoidon puhelinneuvonta maanantaista torstaihin kello 15.00–08.00, perjantaisin kello 14.00–08.00 sekä vuorokauden ympäri viikonloppuisin ja arkipyhisin, puhelin 116 117