

Lannerangan luudutusleikkauksen jälkeen kotona

Lannerangan luudutusleikkaus tehdään rangan haitallisen liikkeen tai virheasennon korjaamiseksi. Luutumisen tueksi kirurgi kiinnittää leikkauksessa nikamat toisiinsa sitä varten kehitetyllä ruuvi-tanko -kiinnityslaitteistolla. Tämä mahdollistaa aikaisen liikkeelle lähdön.

Kivunhoito

Leikkauksen jälkeen esiintyy tavallisesti kipua. Kova kipu voi hankaloittaa liikkumista, heikentää unen laatua ja hidastaa paranemista. Aristus saattaa kestää jopa kuukausia. Kipulääkitys lievittää kipua ja edistää paranemista mahdollistaen liikkumisen. Ota sinulle määrättyä kipulääkettä säännöllisesti ja ennakoivasti oireiden mukaan.

Haavanhoito

Haava täytyy pitää puhtaana, kuivana ja suojattuna suihkunkestävällä teipillä. Kun haavalla on suihkunkestävä sidos, voit käydä normaalisti suihkussa. Saunaan voit mennä hakasten tai ompeleiden poiston jälkeen, jos haava on täysin parantunut. Muista noudattaa liikkumisrajoituksia.

Pese kädet ja käytä käsihuuhdetta ennen haavan käsittelyä. Samaa haavasidosta voi pitää korkeintaan viikon ajan haavan suojana. Saat osastolta vaihtosidoksen kotiin lähtiessäsi. Pieni erityis haavalta sidokseen ei haittaa. Vaihda haavasidos tarvittaessa aikaisemmin, jos sidoksessa on paljon vuotoa tai sidos irtoaa.

Haavalla on hakaset tai ompeleet noin 14 vuorokautta. Ne poistetaan terveyskeskuksessa. Varaa aika oman terveyskeskuksen terveydenhoitajalle tai sairaanhoitajalle ompeleiden tai hakasten poistamista varten ____ / ____20____.

Jos haavalla on sulavat ompeleet, niitä ei tarvitse poistattaa. Haava pidetään suojattuna 2 viikon ajan, tämän jälkeen haavalla olevat teipit voi poistaa.

Liikkuminen

Istuessa alaselkään kohdistuu suurempi rasitus kuin seistessä. Vältä leikkauksen jälkeen yli puoli tuntia kestävää yhtäjaksoista istumista neljän viikon ajan. Lisää sen jälkeen istumisaikaa vähitellen. Saat istua normaalilla tukevalla selkänöjallisellä tuolilla, mutta aluksi voi olla helpompaa istua korotetulla tuolilla kuten esimerkiksi keittiöjakkarakalla. Muista istua selkä suorana, jalat maahan tuettuna. WC:ssä saat istua normaalisti.

Parasta liikuntaa leikkauksen jälkeen on kävely. Pyri kävelemään rennosti. Kävelysauvojen käyttö on sallittua.

Kuntoutuminen vie useita kuukausia. Liikuntaharrastuksen aloittaminen leikkauksen jälkeen perustuu jokaisen omaan kuntoon. Noudata kuitenkin lääkärin ja fysioterapeutin antamia ohjeita.

Työhön paluu

Mikäli olet työelämässä, toimenpidelääkäri kirjoittaa sinulle noin 2 kuukauden sairauspoissaolon. Erikoissairaanhoidosta tehdään lähete ilmoittamaasi työterveyshuoltoon. Oma työterveyshuoltosi on yhteydessä sinuun toimenpiteen jälkeen ja huolehtii työkyvyn arvioinnistasi suhteessa työtehtäviisi, varmistaen oikea-aikaisen työhön paluun kanssasi.

Jälkitarkastus

Kotiutuessa saat ajan Satasairaalan fysioterapeutille ja lääkärille noin 2-3 kuukauden kuluttua leikkauksesta.

Ota yhteyttä, jos

- selässä, haavassa tai sen ympäristössä tuntuu lisääntyvää kipua, kuumotusta, punoitusta tai turvotusta.
- haavasta vuotaa verta, märkää tai verensekaista eritettä.
- sinulla on kuumetta yli 38°

Yhteystiedot

Kirurgian osasto 2
puhelin 02 627 6450