

Polven eturistisiteen tai polvilumpion sisemmän sivusiteen korjausleikkaus

Polven eturistisiteen repeämä on yleinen polven nivelsidevamma. Leikkaus tehdään yleensä tähystystoimenpiteenä, jossa revennyt eturistiside korjataan.

Polven sisemmän sivusiteen vaurio syntyy polvilumpion sijoiltaanmenon yhteydessä.

Rakenteen korjaaminen tukevoittaa polvilumpiota, ja estää sijoiltaanmenon uusiutumisen.

Haavanhoito

Haavasidoksia voit keventää leikkausta seuraavana päivänä. Poista haavasidokset 3 vuorokauden kuluttua toimenpiteestä. Pese aina kädet ja käytä käsihuuhdetta ennen haavasidosten käsittelyä. Vaihda erittävän haavan sidos päivittäin. Haavaerityksen loputtua sidettä ei tarvita. Haavan saa kastella ja saunaan voi mennä, kun ompeleet tai hakaset on poistettu ja haava ei eritä.

Varaa aika ompeleiden tai hakasten poistoon oman alueen terveyskeskukseen terveydenhoitajan tai sairaanhoitajan vastaanotolle.

Poistopäivä on ____ / ____ 20____.

Kivunhoito

Ota kipulääkettä ohjeiden mukaan säännöllisesti 2-3 päivää ja sen jälkeen tarvittaessa. Lääkäri kirjoittaa kipulääkereseptin. Raajan kohoasento ja kylmäpakkaushoito vähentävät kipua sekä turvotusta ja edistävät toipumista. Kylmäpakkausta pidetään raajalla 2 – 3 tunnin välein 15 minuuttia kerrallaan.

Huomioitavaa

Alussa jalalle saa varata vain kyynärsauvojen tukemana. Lainaa ne omasta terveyskeskuksesta jo ennen toimenpiteeseen tuloa ja ota ne mukaan sairaalaan tullessa. Fysioterapeutilta saat tarkat ohjeet kyynärsauvojen käytöstä sekä alaraajan voimisteluliikkeistä kuntoutumisen edistämiseksi lääkärin ohjeiden mukaisesti. Nilkan ja varpaiden liikuttelun voit aloittaa heti. Se on tärkeää syvien laskimotukosten välttämiseksi. Liikuntaharrastusten jatkamisesta saat lääkäriltä ohjeet.

Sairausloma

Toimenpidelääkäri kirjoittaa sairauslomatodistuksen.

Jälkitarkastus

Lääkärille ___ / ___ 20__.

Fysioterapeutille ___ / ___ 20__.

Ota yhteyttä, jos

- haavassa on yltyvää kipua
- haavasta on lisääntyvää verenvuotoa tai muuta eritystä
- kuume nousee yli 38 astetta
- haavalla on lisääntyvää kuumotusta, punoitusta tai turvotusta

Yhteystiedot

Leikkausosaston kotiutushoitaja

Maanantaista perjantaihin kello 8.00-15.00

Puhelin 044 707 7488

Kirurgian osasto 2

Puhelin 02 627 6450