

## Sappirakon tähystysleikkaus

Sinulle on tehty sappirakon tähystysleikkaus.

### Haavanhoito

Voit poistaa sidokset haavoilta, kun leikkauksesta on kulunut 24 tuntia. 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.

Hoitaja ympyröi oikean vaihtoehdon: Haavoilla on

- sulavat ompeleet
- poistettavat ompeleet
- hakaset

Jos sinulla on poistettavat ompeleet tai hakaset, varaa omalta terveystasemaltasi aika niiden poistoon.

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 kipulääkereseptin.

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 hartiaassa ja kipua pallean seudussa. Se on normaalia ja menee yleensä ohi parissa päivässä. Voit helpottaa kipua, kun olet jalkeilla.

### Liikunta

Leikkauksen jälkeen voit liikkua sen verran, kun vointi sallii. Vältä kuitenkin raskasta liikuntaa sairausloman ajan.

Älä nosta yli 3 kilon painoisia esineitä sairausloman aikana.

## Ruokavalio

Voit syödä leikkauksen jälkeen normaalisti. Voit kokeilla vähitellen myös niitä ruokia, jotka aiemmin aiheuttivat sappikohtauksia.

Monipuolinen ja säännöllinen ruokavalio edistää toipumistasi.

Se estää myös ummetusta.

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

## Sairausloma

Lääkäri kirjoittaa sinulle sairauslomaa 1–2 viikkoa.

Sairausloman pituuteen vaikuttaa se, millaista työtä teet.

Vältä sairausloman ajan raskasta työntekoa.

## Jälkitarkastus

Jälkitarkastusta ei yleensä tarvita sappirakon täyhystysleikkauksen jälkeen.

Ota yhteyttä, jos

- toipuminen ei suju odotetusti ja vointi huononee
- tunnet yltyvää vatsakipua
- kuume nousee yli 38 asteeseen
- haavakohtassa 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