

## **Selän hermo- tai lannekanavan ahtauma eli spinaalistennoosi**

Selän hermo- tai lannekanavan ahtauman eli spinaalistennoosin oireina saattaa olla mm. jalkojen heikentynyt voima ja puutuminen, kävelymatkan lyheneminen (selkäperäinen katkokävely) ja alaraajoihin, aina sääriin, nilkkaan tai varpaisiin säteilevä selkäkipu. Tila liittyy ikääntymiseen ja kulumaan, joskus perinnölliseen rakenteelliseen vikaan.

Leikkauksessa tehdään hermoille tilaa poistamalla luuta ja avartamalla kanavaa. Puhutaan laminectomia tai dekompressio leikkauksesta. Näin pyritään parantamaan vointia ja hermojen toimintakykyä. Alaraajasärky, puutuminen, pistely ja tunnottomuus voivat leikkauksen jälkeen jatkaa pitkään, jopa 6-12 kuukautta. Koska kyseessä on selän rappeumasairaus, osa oireista, kuten ns. kulumaoireet, voivat usein jäädä pysyviksi.

### **Haavanhoito**

Haava täytyy pitää puhtaana, kuivana ja suojattuna suihkunkestävällä sidoksella 2 viikon ajan leikkauksesta. Suihkunkestävän sidoksen ollessa haavan suojana voi suihkussa käydä normaalisti. Saunaan, kylpyyn tai uimaan voi mennä vasta hakasten/ompeleiden poiston jälkeen haavan parannuttua liikkumisrajoitukset muistaen.

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

Haavalla on hakaset tai ompeleet noin 14 vuorokautta. Hakaset/ompeleet poistetaan terveyskeskuksessa. Varaa aika oman terveyskeskuksen sairaanhoitajalle tai pyydä kotisairaanhoitaja kotiin poistamaan ompeleet \_\_\_ / \_\_\_20\_\_\_.

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

### **Kivunhoito**

Haavakipu kestää yleensä noin 2 viikkoa leikkauksen jälkeen. Kuukauden kuluttua leikkauksesta voi vielä olla selkäkipua, jalkojen särkyä tai puutumista. Nämä oireet kuuluvat normaaliin toipumiseen. Sairaalassa ollessasi sinulle on jo annettu kipulääkettä säännöllisesti. Kotiutuessasi saat mukaasi kipulääkkeistä reseptin. Noudata saamiasi ohjeita lääkkeen käytöstä.

### **Liikkuminen**

Jalkeille noustaankylkimakuun kautta. Kävely on sopivin liikuntamuoto kontrollikäyntiin asti. Kevyet kotityöt ja hyötyliikunta ovat sallittuja, kunhan muistat varoa selän ääritäivutuksia ja kiertoliikkeitä. Vältä syvään kumartamista ja raskaiden taakkojen (yli 5kg) toistuvaa nostamista

etenkin ensimmäisen kuukauden aikana. Saat istua normaalikorkuiselle tukevalle tuolille. Noudata saamiasi yksilöllisiä voimistelu- ja liikuntaohjeita.

## **Työhön paluu**

Mikäli olet työelämässä, toimenpidelääkäri kirjoittaa sinulle noin 4-8 viikon 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**

Saat kotiutuessasi ajan Satasairaalan fysioterapeutille noin 6 viikon ja 3 kuukauden kuluttua leikkauksesta.

## **Ota yhteyttä, jos**

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

## **Yhteystiedot**

Kirurgian osasto 2  
Puhelin 02 627 6450