

Vatsanpeitteiden tyrän avoleikkaus

Sinulle on tehty
vatsanpeitteiden tyrän korjaus
avoleikkauksessa.

Haavanhoito

Leikkauksen jälkeen haava-alueella
voi olla mustelmia ja turvotusta.
Ne eivät yleensä vaadi hoitoa,
vaan häviävät itsestään toipumisaikana.

Voit poistaa sidokset haavoilta
vuorokauden kuluttua leikkauksesta.
Pese kädet aina ennen kuin
kosket sidoksiin.

Voit mennä suihkuun,
kun olet poistanut sidokset.
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.

Haavoilla voi olla
sulavat tai poistettavat ompeleet.

Jos sinulla on poistettavat ompeleet,
varaa omalta terveysasemaltasi aika
niiden poistoon.

Ompeleiden poistopäivä:

Kivunhoito

Leikkauksen yhteydessä
haava-alueelle on voitu laittaa
pitkävaikutteista puuduteainetta.
Se vähentää haavakipua
leikkauspäivän aikana.
Lisäksi voit käyttää kipulääkettä,
jota saa apteekista ilman reseptiä.
Jos tarvitset, lääkäri voi kirjoittaa
kipuläakereseptin.

Toipumistasi helpottaa huomattavasti,
kun käytät kipulääkettä säännöllisesti
muutaman vuorokauden
leikkauksen jälkeen.
Jos yskit tai aivastat,
tue leikkausaluetta kädellä.
Se ehkäisee kipua.

Pidä leikkausalueella kylmäpakkausta
2–3 tunnin välein
10–15 minuuttia kerrallaan.
Se vähentää kipua,
eikä mustelmia muodostu niin paljon.

Liikunta

Voit aloittaa kevyen liikunnan
leikkauksen jälkeen.
Voit liikkua sen verran, kuin vointi sallii.
Kun olet liikkeellä,
tyräverkko asettuu paikalleen,
eikä arpikudosta muodostu
niin paljon leikkausalueelle.

Älä nosta yli 3 kilon painoisia esineitä sairausloman aikana.

Vältä myös kovia ponnistuksia, työntämistä ja vetämistä.

Mene sänkyyn ja nouse sängystä terve kylki edellä ja tue haavaa kädellä. Näin kannattaa tehdä viikon ajan leikkauksen jälkeen.

Voit lisätä liikuntaa vähitellen kun toipumisesi etenee.

Ruokavalio

Monipuolinen ja säännöllinen ruokavalio edistää toipumistasi.

Se estää myös ummetusta.

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

Sairausloma

Leikkauksen tehnyt lääkäri kirjoittaa sinulle sairauslomatodistuksen.

Ota yhteyttä

Ota yhteyttä, jos

- toipuminen ei suju odotetusti ja vointi huononee
- tunnet yltyvää vatsakipua
- kuume nousee yli 38 asteeseen
- haavakohdassa on lisääntyvää kuumotusta, punotusta tai turvotusta.

Yhteystiedot

Päiväkirurgian yksikkö
Maanantaista perjantaihin kello 8.00-15.00
Puhelin 02 627 3840

Leikkausosaston kotiutusohitaja
Maanantaista perjantaihin kello 8.00-15.00
Puhelin 044 707 7488

Kirurgian osasto 3
Puhelin 02 627 6230