

Polvileikkauksen jälkeen

Tämä ohje on tarkoitettu tulostettavaksi. Ohje sisältää täytettäviä kohtia.

Tämän ohjeen tarkoituksena on auttaa sinua leikkauksen jälkeisessä toipumisessa.

Haavan hoito

Haavasidokset/teipit saa poistaa ja suihkuun saa mennä, kun

- toimenpiteestä on kulunut 48 tuntia
- toimenpiteestä on kulunut 5 vuorokautta
- Muu ohje: _____

Älä koske haavaan turhaan. Jos haavalta vuotaa verta tai muuta eritettä, suojaa haava puhtailla haavasidoksilla. Vaihda likaantunut tai kastunut haavasidos. Älä kastele haavaa, mikäli se erittää vielä verta. Haavaa ei saa suihkuttaa paineella, eikä saippuoida tai hangata. Pese kädet huolellisesti (vedellä ja nestesaippualla) ja kuivaa puhtaalla pyyhkeellä ennen ja jälkeen haavaan koskemisen.

Ompeleiden poisto

Ompeleet/hakaset poistetaan terveyskeskuksessa tai työterveyshuollossa _____. Varaa aika itse.

Haavalla on itsestään sulavat ompeleet. Ompeleiden sulaminen kestää noin kaksi viikkoa. Sinä aikana saunominen on kielletty.

Saunaan tai kylpyyn voit mennä, kun ompeleiden/hakasten poistosta on kulunut vuorokausi.

Liikkuminen

Kävellessä jalalle saat astua tavanomaiseen tapaan, mikäli et ole saanut muita ohjeita. Vältä ontumista. Reisilihasta vahvistavat harjoitukset ovat erittäin tärkeitä toipumisen kannalta. Noudata annettuja ohjeita. Kyynärsauvat voit jättää pois, kun liikkuminen sujuu ontumatta ja kivutta.

Mahdolliset liikerajoitukset:

Varaaminen:

Kivun hoito

Käytä kipulääkkeitä annettujen ohjeiden mukaan. Jalkaa on hyvä pitää kohoasennossa turvotuksen ja kivun vähentämiseksi. Myös kylmähoito lievittää kiputuntemusta.

Jatkohoito

Kotiutuessasi saat tarvittaessa ajan fysioterapeutille sekä leikkaneelle lääkärille.

Yhteydenotto

Ota yhteyttä sinua hoitaneeseen yksikköön tai omaan terveyskeskukseen jos

- polvessa kipu lisääntyy (kivunhoitomenetelmistä huolimatta)
- haavaeritys lisääntyy
- haavalla on lisääntyvää kuumotusta, turvotusta tai punoitusta
- sinulla on kuumetta yli 38 astetta.

Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri • www.vsshp.fi • Vaihde 02 313 0000

Tämä ohje on tarkoitettu hoitosuhteessa oleville potilaillemme.