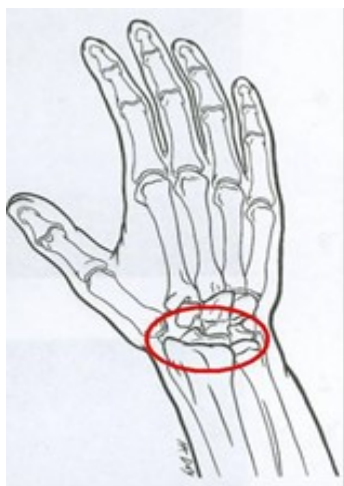


## Ranteen luudutusleikkaus

Olet tulossa ranteen luudutusleikkaukseen. Tästä ohjeesta löydät tietoa leikkaukseen valmistautumisesta, leikkauksesta sekä rannenivelen luudutukseen liittyvästä hoidosta ja kuntoutuksesta. Ohjauksen avulla voit itse osallistua aktiivisesti kuntoutukseen. Ota tämä yleisohje, saat yksilölliset ohjeet toimenpiteen jälkeen.

Reumaa sairastavilla pitkäaikaiset niveltulehdukset ranteen alueella aiheuttavat usein muutoksia. Jos kärsit pitkäaikaisen reumatulehduksen aiheuttamasta ranteen kivusta, liikearkuudesta, voimattomuudesta ja ranteen virheasennosta, voi kyseeseen tulla ranteen tekonivelleikkaus. Luudutusleikkauksessa ranteesta poistuvat ojennus-, koukistus- ja sivuttaisliikkeet, mutta kierto- ja kiertoliikkeet säilyvät. Ranteen luisista muutoksista riippuen voi vaihtoehtona olla myös ranteen tekonivel tai osaluudutus.

Luudutusleikkauksen tavoitteena on toiminnallisesti parempi käsi, kivuton ja tukeva ranne. Tarttuminen helpottuu ja puristusvoima paranee, jolloin päivittäisistä askareista on helpompi suoriutua. Ranteen luudutusasettoon voit myös itse vaikuttaa. Keskustelkaa ortopedin kanssa omista erityistarpeistanne. Kokemusta sopivasta luudutusasetuksesta voit saada rannetukea käyttämällä.



Rannenivel



Ranteen luudutuslevy

## **Ennen leikkaukseen tuloa huomioitavat asiat**

### **Tulehdusten hoito**

Kaikki tulehdukset kuten esimerkiksi virtsatietulehdus, poskiontelotulehdus, tulehtunut ihottuma ja ihorikot voivat olla esteenä leikkauksen suorittamiselle. Siksi sinun on hoidettava ne ennen leikkausta. Erityisesti tulee kiinnittää huomiota hampaiden hoitoon.

### **Lihassoima**

Yläraajan lihasten hyvä kunto sekä hyvä yleiskunto edesauttavat leikkauksesta toipumista. Ohjeen lopussa olevia harjoituksia on hyvä tehdä jo ennen leikkausta.

### **Tupakointi**

Tupakointi supistaa verisuonia ja hidastaa luutumista. Suosittelemme tupakoinnin lopettamista tai ainakin vähentämistä hyvissä ajoin ennen leikkausta, viimeistään kuukautta ennen leikkausta, jotta siitä olisi hyötyä. Tarvittaessa voit ottaa yhteyttä tupakastavieroitusohjaukseen tai käyttää apuna nikotiinilaastareita tai -purukumia.

### **Alkoholi**

Alkoholin runsas käyttö tulee lopettaa hyvissä ajoin ennen leikkausta. Vieroitusoireet vaikeuttavat leikkauksesta toipumista ja kuntoutumista. Runsas alkoholinkäyttö voi myös estää leikkaukseen pääsyn.

### **Muuta huomioitavaa**

Jos koet, että leikkauksen jälkeen kotona selviytymisessä saattaa olla ongelmia, voit tiedustella oman kuntasi kotipalvelusta mahdollisesta kotiavusta. Myös sairaalan sosiaalityöntekijä auttaa tarvittaessa avun järjestämisessä.

Leikattavasta raajasta tulee poistaa kynsilakka ja rakennekynnet.

## **Ennen leikkausta**

Sairaanhoitaja soittaa sinulle noin viikkoa ennen leikkausta ja haastattelee sinua leikkaukseen liittyvistä asioista. Soittoaika lähetetään sinulle kotiin leikkauksutsun yhteydessä.

Tapaat toimintaterapeutin osastolla ennen leikkausta. Toimintaterapeutilta saat tietoa leikkaukseen liittyvästä kuntoutumisesta. Toimintaterapiassa arvioidaan käsien toiminnallisuutta, nivelliikkuvuutta, näppäryyttä, voimaa ja kivun määrää sekä arjen sujumista. Arvioinnin pohjalta asetetaan yksilölliset tavoitteet käden kuntoutumiselle päivittäisten toimintojen helpottumiseksi.

### **Sairaalaan tulo**

Ennen sairaalaan tuloa ole syömättä kiinteää ravintoa edellisestä illasta kello 24.00 lähtien. Älä syö myöskään pastilleja tai karamelleja. Yön aikana voit juoda kirkkaita nesteitä, kuten vettä,

kirkkaita mehuja, teetä tai kahvia ilman maitoa korkeintaan lasillisen kerrallaan kerran tunnissa. Lopeta nesteiden nauttiminen kello 6 aamulla.

Älä nauti alkoholia 24 tuntiin ennen sairaalaan tuloa. Purukumin ja tupakkavalmisteen käyttö on lopetettava viimeistään 2 tuntia ennen sairaalaan tuloa. Mahalaukussa oleva ruoka lisää nukutukseen liittyvää pahoinvoinnin mahdollisuutta ja saattaa aiheuttaa nukutuksen aikana vaaratilanteita (mahan sisältöä voi joutua keuhkoihin). Nukutukseen saatetaan joskus joutua, vaikka leikkaus olisi suunniteltu tehtäväksi puudutuksessa.

**Paastoaikojen noudattamatta jättäminen saattaa johtaa leikkauksen siirtämiseen toiseen ajankohtaan.**

## **Leikkaus**

Leikkaussalissa on käytössä tarkistuslista leikkausturvallisuuden parantamiseksi. Listalta kysytään myös potilaalta leikkaukseen liittyvistä asioista. Ranteen luudutusleikkaus (artrodeesi) tehdään yleensä johtopuudutuksessa, jossa yläraajaan menevät hermot puudutetaan solisluukuopasta. Nukutusta ei tarvita, vain leikattava yläraaja puutuu. Leikkauksen kesto on yleensä noin 2 tuntia.

Leikkauksessa poistetaan vääntäluun ja ranteen pienten luiden tuhoutuneet nivelpinnat rustoineen. Näin luupinnat saadaan kosketuksiin toistensa kanssa. Kyynärluun pää poistetaan ja käytetään luusiirteenä ranneluiden yhteen luuduttamiseksi. Joskus joudutaan ottamaan luusiirre potilaan omasta suoliluuharjasta. Vaihtoehtona on myös pankkiluun tai keinotekoisien luun korvikkeiden käyttö, johon tosin päädytään harvoin.

Rannenivelistö kiinnitetään potilaan kanssa etukäteen sovittuun asentoon metallilevyllä ja ruuvein. Nivelkapseli, pehmytkudokset ja iho suljetaan langalla. Joskus ihon sulkuun voidaan käyttää metallihakasia.

## **Leikkauksen jälkeen**

Leikkauksen jälkeiseen kivun hoitoon on erilaisia menetelmiä, joista valitaan sinulle sopivin. Sinulle aloitetaan tablettilääkitys, joka jatkuu myös kotona. Peruslääkkeinä niin pienissä kuin suurissakin leikkauksissa ovat tulehduskipulääkkeet ja / tai parasetamoli. Muutamana päivänä leikkauksen jälkeen kipua voidaan hoitaa myös keskushermostoon vaikuttavilla lääkkeillä. Leikkauksen jälkeistä kipua ja turvotusta hoidetaan myös kylmähoidolla. On tärkeää, että kerrot kivustasi henkilökunnalle.

Koko yläraajan pitäminen kohoasennossa selinmakuulla, istuessa ja liikkeellä ollessasi on tärkeää kivun ja turvotuksen vähentämiseksi. Toimintaterapeutti ohjaa yläraajan ja sormien verenkiertoa vilkastuttavia harjoituksia, joista saat myös erillisen kirjallisen ohjeen. Kohoasennon ylläpitoa helpottamaan sinulle sovitetaan kantoside. Saat kantositeen kotiin mukaan, voit käyttää sitä tarvittaessa esim. ulkoillessa.

Jos leikkausalueelle asetetaan haavaimu, se poistetaan yleensä leikkauksen jälkeisenä päivänä. Leikkauksessa laitettu kipsilasta poistetaan yleensä toisena päivänä leikkauksesta. Toimintaterapeutti valmistaa käteesi yksilöllisen lastan ja saat ohjeita kuntoutumisesta. Lastaa käytetään ympärivuorokautisesti 6-8 viikkoa, ranteen luutumisen edistymisestä riippuen.



Sairaalassaoloaika riippuu haavan paranemisesta, käden turvotuksesta ja yleisvoinnistasi. Sairaalassaoloaika on tavanomaisesti yhdestä päivästä muutamaan päivään.

## Sairaalavaiheen jälkeen

Jos leikkausalue alkaa punoittaa tai turvota kotona, siitä tulee eritettä tai sinulle nousee lämpöä, on syytä ottaa yhteyttä hoitavaan yksikköön. Ota yhteyttä myös siinä tapauksessa, jos leikkausalueella tuntuu äkillistä pahenevaa kipua.

Suihkuun voit mennä annettujen ohjeiden mukaan lasta puettuna ja suojattuna muovipussilla.

## Jälkitarkastukset

Jälkitarkastukset ovat poliklinikalla 2 ja 6 viikkoa leikkauksesta. Käynneillä tapaavat toimintaterapeutin, joka arvioi käden kuntoutumisen edistymistä ja antaa yksilöllisiä lisäohjeita. Tällöin tarkistetaan ja muokataan käytössäsi oleva lasta, jota käytetään noin 6 – 8 viikkoa, ranteen luutumisen edistymisestä riippuen.

Hoitaja poistaa ompeleet 2 viikon kuluttua leikkauksesta. Suojaa edelleen leikattu käsi lastoineen muovipussilla suihkun ajaksi. Saunomista ei suositella lastahoidon aikana. Ompeleiden poiston jälkeen arpi on usein kuiva, kiristävä, kova, punainen ja kutiseva. Aloita ompeleiden poiston jälkeisenä päivänä arven rasvaus ja hieronta. Rasvaa ja hiero ehjää arpea perusrasvalla tai ihoöljyllä 1 - 2 krt / pv, 5 - 10 minuuttia. Tämä ehkäisee arven kiristymistä ja tarttumista ihon alla oleviin kudoksiin. Suojaa arpea sen punoituksen ajan auringon uv- säteiltä. Haavan paranemisessa voi esiintyä ongelmia, esimerkiksi tulehdus, arven liikakasvu. Arven liikakasvu voi hoitaa arvenhoitotuotteilla, jotka sisältävät silikonia. Erilaisia voiteita, geelejä ja levyjä saa apteekkeista. Arpi kypsyy eli vaalenee ja tasoittuu yleensä noin vuoden kuluessa.

6 viikkoa leikkauksesta otetaan röntgenkuva, tapaavat ortopedin ja toimintaterapeutin. Röntgenkuvasta ortopedi arvioi luutumisen edistymistä ja tarvetta jatkaa lastahoitoa. Mikäli lastahoito päättyy, saat aloittaa käden kevyen käytön arkiaskareissa. Saat ohjausta käden

käyttöön ja toiminnallisiin harjoituksiin toimintaterapeutilta. Tarvittaessa kartoitetaan apuvälinetarvetta ja ohjataan niveliä säästäviä toimintatapoja. Keveitä liikunnallisia harrastuksia voit aloittaa, esim. uinti, sauvakävely. Käden toiminnallisuuden ja voiman lisäämisessä kotityöt ja harrastukset ovat hyviä, mielekkäitä käden kuntoutusmuotoja. Autolla ajoa suositellaan vasta, kun yläraajan toimintakyky on palautunut.

Tämän jälkeen kontrollikäynnit ovat 3 ja 6 kuukauden kuluttua ranteen luudutusleikkauksesta. Ortopedin arvion ja röntgenkuvauksen lisäksi toimintaterapeutti arvioi käden toiminnallisuutta. Tarvittaessa ota yhteys toimintaterapeuttiin.

## Suojalastan kanssa tehtävät harjoitukset

Leikkauksesta saat parhaan mahdollisen hyödyn harjoittelemalla säännöllisesti. Harjoitusten tarkoituksena on palauttaa sorminivelten hyvä liikkuvuus, mahdollistaen tarttumisotteet, jotta suoriudut paremmin päivittäisistä toimista.

Tee harjoitukset 4 - 5 kertaa päivässä, toistoja 10 – 15 / harjoitus. Huomioi hyvä istuma-asento ja tee liikkeet huolella ja rauhallisesti turvotuksen sallimissa rajoissa. Pyri pitämään sormet aina keskilinjassa. Anna käden rentoutua liikkeiden välillä.

### Harjoitus 1: Rystynivelten ojennus ja koukistus



Huomioi, että sormien muut nivelet pysyvät suorina rystyjä koukistettaessa.

Käytä voimaa sormien ojennukseen ja ylläpidä ojennusta hetki.

### Harjoitus 2: Sormien keski- ja kärkinivelten ojennus ja koukistus



Huomioi, että rystynivelet eivät liiku. Tavoittele sormien kärjillä sormien tyveen.

### Harjoitus 3: Sormien ojennus ja nyrkistys



Ylläpidä sormien ojennusta hetki ja vie sormet kevyesti nyrkkiin.