

Rystynivelten tekonivelleikkaus

Olet tulossa rystynivelten tekonivelleikkaukseen. Tästä ohjeesta löydät tietoa leikkaukseen valmistautumisesta, leikkauksesta, sekä rystynivelten tekonivelleikkaukseen liittyvästä hoidosta ja kuntoutuksesta. Ohjauksen avulla voit itse osallistua aktiivisesti kuntoutukseen. Ota tämä yleisohje mukaan leikkaukseen tullessasi, saat yksilölliset ohjeet toimenpiteen jälkeen.

Nivelreumaa sairastavilla pitkäaikaiset niveltulehdukset aiheuttavat erilaisia muutoksia myös rystynivelissä. Nivelen tuhoutumiseen liittyy liikerajoitusta, virheasentoja sekä kipua. Tämän seurauksena käden toiminta heikkenee. Pitkälle edenneitä muutoksia voidaan hoitaa tekonivelleikkauksella. Rystyniveliä ei koskaan luuduteta.

Rystynivelten tekonivelleikkauksen tavoitteena on käden toiminnallisuuden lisääminen, tarttumisen helpottuminen ja kivun lievittyminen. Rystynivelten liikkuvuus pyritään saamaan toiminnallisempaan käyttöön, jolloin päivittäisistä toimista selviytyminen kotona, työssä ja vapaa-aikana helpottuu.



Sormien rystynivelet



Silikoninen Neuflex -
proteesi



Neuflex -
proteesi

Ennen leikkaukseen tuloa huomioitavat asiat

Tulehdusten hoito

Kaikki tulehdukset kuten esimerkiksi virtsatie-tulehdus, poskiontelotulehdus, tulehtunut ihottuma ja ihorikot voivat olla esteenä leikkauksen suorittamiselle. Siksi sinun on hoidettava ne ennen leikkausta. Erityisesti tulee kiinnittää huomiota hampaiden hoitoon. Tekonivelleikkauksen vuoksi tehtävä hammashoito kuuluu KELAn korvauksen piiriin.

Lihasvoima

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, viimeistään kuukautta ennen leikkausta, jotta siitä olisi hyötyä. Tarvittaessa voit ottaa yhteyttä tupakastavieroitusohitajaan 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 tekonivelleikkaukseen 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 tupakkavalmisteiden 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. Rystynivelten tekonivelleikkaus tehdään yleensä johtopuudutuksessa, jossa yläraajaan menevät hermot puudutetaan solisluukuopasta. Nukutusta ei tarvita, (mutta on mahdollista) vain leikattava yläraaja puutuu. Leikkaus voidaan tehdä yksittäiseen niveleen tai koko nivelrivistöön. Leikkaus kestää tavallisesti 0,5 – 2 tuntia, riippuen leikattavien nivelten määrästä. Leikkauksessa poistetaan tuhoutuneet luupinnat rystynivelistä ja tilalle asetetaan silikonitekonivelet. Samalla pyritään tasapainottamaan rystynivelten pehmytkudokset ja tehdään tarvittaessa puhdistusleikkaus eli synovektomia. Tavoitteena on, että leikkaus tehdään päiväkirurgisesti ja pääset leikkauspäivänä kotiutumaan.

Leikkauksen jälkeen

Leikkauksen jälkeiseen kivun hoitoon on erilaisia menetelmiä, joista valitaan sinulle sopivin. Sinulle aloitetaan kipulääkitys, 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 kantosideen kotiin mukaan, voit käyttää sitä tarvittaessa esimerkiksi ulkoillessa.

Kipsi poistetaan noin alle viikko leikkauksesta. Tässä yhteydessä toimintaterapeutti valmistaa päiväkäyttöön harjoituslastan, joka mahdollistaa rystynivelten omatoimisen liike-harjoittelun. Harjoitukset koukistus- ja ojennussuunnassa aloitetaan ohjatusti turvotuksen ja kivun sallimissa rajoissa. Yökäyttöön valmistetaan lepolasta, jossa ranne ja sormet tuetaan hyvään asentoon. Saat ohjausta sekä kirjalliset ohjeet rystynivelten liikeharjoituksista ja lastojen käytöstä.

Leikatun käden kevyttä käyttöä apukätenä lastan kanssa harjoitellaan ruokailussa, peseytymisessä, pukeutumisessa ja wc-toimissa. Tarvittaessa omatoimisuutta voidaan lisätä apuvälineillä ja ortooseilla. On tärkeää, että kaikissa toimissa huolehdit siitä, etteivät sormet käänny virheasentoon pikkusormeen päin.

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 harjoitus- tai lepolasta puettuna ja suojattuna muovipussilla.

Jälkitarkastukset

Jälkitarkastukset ovat poliklinikalla yleensä 2,4 ja 6 viikkoa leikkauksesta. Käynneillä tapaavat toimintaterapeutin, joka arvioi käden kuntoutumisen edistymistä ja antaa yksilöllisiä lisäohjeita. Käynneillä harjoitellaan rystynivelten liikkuvuutta, tarttumisotteita sekä käden toiminnallisuutta ja käyttöä. Tällöin tarkistetaan ja muokataan käytössäsi olevat harjoitus- ja lepolasta.

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 kertaa / päivä, 5-10 min ajan. Tämä ehkäisee arven kiristymistä ja tarttumista ihon alla oleviin kudoksiin. Suojaa arpea sen punoituksen ajan auringon uv- säteiltä. Haavan paranemisessa voi esiintyä ongelmia, esim. tulehdus, arven liikakasvu. Arven liikakasvua voi hoitaa arvenhoitotuotteilla, jotka sisältävät silikonia. Erilaisia voiteita, geelejä ja levyjä saa apteekeista. Arpi kypsyy eli vaalenee ja tasoittuu yleensä noin vuoden kuluessa.

4 viikkoa leikkauksesta aloitetaan harjoitukset käden puristusvoiman lisäämiseksi. Saat ohjausta myös käden eri otteiden harjoituksiin.

6 viikkoa leikkauksesta otetaan röntgenkuva. Tapaat leikkauksen lääkärin ja toimintaterapeutin. Käynnillä arvioidaan käden toimintaa ja edistymistäsi. Tarvittaessa kartoitetaan apuvälinetarvetta ja ohjataan niveliä säästäviä toimintatapoja.

Tavallisesti harjoituslastaa käytetään 6 viikkoa ja lepolastaa puoli vuotta, riippuen rystynivelten liikkuvuuden palautumisesta, sekä sormien suoran asennon hallitsemisesta. Autolla ajoa suositellaan vasta, kun yläraajan toimintakyky on palautunut.

Tämän jälkeen kontrollikäynnit ovat 3 kuukauden ja 1 vuoden kuluttua leikkauksesta. Leikkauksen lääkäri arvion ja röntgenkuvauksen lisäksi toimintaterapeutti arvioi käden toiminnallisuutta. Tarvittaessa ota yhteys hoitavaan yksikköön.

Käden toiminnallisuuden ja voiman lisäämisessä kotityöt ja harrastukset ovat hyviä, mielekkäitä käden kuntoutusmuotoja. Huomioi, että rystytekonivelkäden käyttörajoitus on noin 5 kilogrammaa. On tärkeää, että kaikissa toiminnoissa huolehdi siitä, etteivät sormet käänny virheasentoon pikkusormeen päin.

Tulehdusten ehkäisy ja hoito

Tekonivel on vierasesine kehossa ja siksi alttiimpi tulehduksille kuin muu kudus. Siihen voi myöhemmin tulla tulehdus muualta elimistöstä. Siksi infektioiden ennaltaehkäisy ja hoito on tekonivelleikkauksen jälkeen tärkeää. Kaikki tulehdussairaudet, esim. hammasjuuritulehdukset ja keuhkoihin ja virtsateihin liittyvät tulehdukset tulee hoitaa huolellisesti. Normaalit virusperäiset hengitystietulehdukset, esimerkiksi tavalliset flunssat, eivät ole tulehdusriski tekonivelen kannalta.

Erityisesti niillä kroonista niveltulehdusta sairastavilla potilailla (esimerkiksi nivelreuma, nivelpsoriasis), jotka joutuvat vaikean sairauden vuoksi pitkäaikaisesti käyttämään kortisoni- tai solunsalpaajahoidoa voi proteesin tulehtumisriski olla suurentunut.

Lääkärissä ja hammaslääkärissä käynnin yhteydessä sinun on aina ilmoitettava tekonivelestä. Hampaan poiston ja muiden verenvuotoa aiheuttavien toimenpiteiden yhteydessä infektiokykyiset suun bakteerit pääsevät verenkiertoon. Tämä ohimenevä bakteremia kestää noin 20 minuuttia. Suun limakalvoa rikkovien toimenpiteiden yhteydessä suusta peräisin olevat bakteerit voivat kiinnittyä tekoniveleen, jolloin se saatetaan joutua jopa poistamaan. Antibioottisuoja on otettava ennen toimenpidettä. Myös nenän, nielun, hengitysteiden, vatsasuolikanavan, virtsatie- ja sukuelinten alueiden toimenpiteissä suositellaan antibioottiprofylaksiaa. Tavanomaisissa hammastoimenpiteissä (esimerkiksi hampaan paikkaus) antibioottiprofylaksiaa ei tarvita.

Ensimmäisen 6 kuukauden aikana tekonivelen asentamisen jälkeen on pyrittävä välttämään bakteerien veriteitse leviämistä aiheuttavia toimenpiteitä.

Suun kautta annettava profylaksiasuositus aikuisilla:

Amoksisilliini 2 grammaa kerta-annos tunti ennen toimenpidettä, penisiliiniallergisilla Klindamysiini 600milligrammaa kerta-annos

Harjoituslastan kanssa tehtävät harjoitukset

Leikkauksesta saat parhaan mahdollisen hyödyn harjoittelemalla säännöllisesti. Harjoitusten tarkoituksena on parantaa rystynivelten liikkuvuutta mahdollistaen hyvät 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, pidä ääriasentoa 5 sekuntia. Pyri pitämään sormet aina keskilinjassa. Anna käden rentoutua liikkeiden välillä.

Harjoitus I : Rystynivelten ojennus ja koukistus



Huomioi, että sormien muut nivelet pysyvät suorina rystyjä koukistaessa.

Käytä voimaa sormien ojennukseen ja ylläpidä ojennusta hetki.

Harjoitus II : Sormien keski- ja kärkinivelten ojennus ja koukistus



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

Harjoitus III : Sormien rullaus nyrkkiin ja auki



1. Aloita sormien ojennuksella.

2. Koukista rystynivelet

3. Vie sormet nyrkkiin.

4. Ojenna rystynivelet pitäen keski- ja kärkinivelet koukistettuina → ojenna sormet suoriksi.