

## Efter knäoperation

Denna anvisning är avsedd för att utskrivas. Anvisningen innehåller ställen som ska fyllas i.

Den här instruktionen hjälper dig att klara återhämtningen hemma efter operationen.

### Sårvård

Sårförbanden/tejpen får avlägsnas och du får duscha när

det har gått 48 timmar efter operationen

det har gått 5 dygn efter operationen

Övrig instruktion: \_\_\_\_\_

Undvik att röra i såret i onödan. Om såret blöder eller det kommer annat sekret ska det täckas med rena sårförband. Smutsigt eller vått sårförband ska bytas. Såret får inte blötas om det blöder. Såret får inte duschas med tryck, får inte tvålas in eller gnidas. Tvätta händerna noggrant (med vatten och flytande tvål) och torka med ren handduk före och efter du rört vid såret.

### Avlägsnande av stygnen

Stygnen/agrafferna avlägsnas på hälsovårdscentralen \_\_\_\_\_. (Boka tiden själv)

Stygnen är resorberbara (smälter av sig själv). Det tar cirka två veckor för stygnen att smälta. Under den här tiden får du inte bada bastu.

Du får bada bastu och bada ett dygn efter att stygnen/agrafferna tagits bort.

### Rörlighet

Du får gå helt som vanligt om inte du fått andra anvisningar. Undvik haltande. Övningar som förbättrar styrkan i lårmuskeln är mycket viktiga med tanke på återhämtningen. Följ de instruktioner du fått. Du får sluta använda kryckkäppar då du kan röra på dig utan haltande och smärta.

Eventuella rörelsebegränsningar:

---

---

Så här får du lägga vikt på benet:

---

---

## **Smärtbehandling**

Följ de instruktioner du fått om hur du ska ta smärtstillande medicin. Det är bra att hålla benet i upphöjd ställning för att minska på svullnaden och smärtan. Även kylbehandling lindrar smärtekänslan.

## **Fortsatt vård**

När du skrivs ut får du vid behov tid till fysioterapeut och till den opererande läkaren.

## **Kontakt**

Ta kontakt med den behandlande enheten eller egen hälsovårdscentral om:

- smärtan i knäet tilltar (trots olika former av smärtbehandling)
- sårsekretionen ökar
- det på såret uppstår ökande hetta, svullnad eller rodnad
- du får feber över 38 grader.

Egentliga Finlands sjukvårdsdistrikt • [www.vsshp.fi/sv](http://www.vsshp.fi/sv) • Växel 02 313 0000  
Denna anvisning är ämnad för våra patienter som är i ett vårdförhållande.