

## Rintaproteesileikkaus

Tämä ohje on tarkoitettu tulostettavaksi. Ohje sisältää täytettäviä kohtia.

### Haavanhoito

Voit poistaa rinnan sidokset, kun leikkauksesta on kulunut vuorokausi. Sen jälkeen voit käydä suihkussa normaalisti ja myös kastaa haavan. Saunaan / kylpyyn / uimaan voit mennä, kun leikkauksesta on kulunut 3 viikkoa.

Voit käyttää haavan tukena haavateippiä. Haavateippi vaikuttaa arpeutumiseen ja pitkään jatkettulla teippaamisella (2-4 viikkoa) voi olla edullinen vaikutus haavan esteettiseen ulkomuotoon. Haavateippiä voit ostaa apteekista. Vaihda irtaantunut tai likaantunut haavateippi uuteen. Haavan hautumisen ehkäisemiseksi haavateippi on vaihdettava vähintään kerran viikossa.

**Ota yhteyttä terveystieteiden keskuksen / työterveyshuoltoosi / sairaalaan, jos ilmenee tulehduksen merkkejä:**

- haavalta erittyy märkäistä eritettä
- haava-alue punoittaa / kuumottaa / turpoaa / kipeytyy selkeästi
- sinulla on kuumetta

### Ompeleet

Jos haavalla on poistettavat ompeleet, tapahtuu niiden poisto terveystieteiden keskuksessa / työterveyshuollossa. Ompeleiden poisto on: \_\_\_\_/\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_. Huomioitavaa: sinun on varattava itse aika ompeleiden poistoon.

Jos haavalla on sulavat ompeleet, ei niitä tarvitse poistaa. Mikäli haavaeritys pitkittyy, syynä on useimmiten sulavan ompeleen solmu tai langanpää, joka ylläpitää pinnallista haavatulehdusta. Tällöin ei antibiootti auta, vaan hoitona on terveystieteiden keskuksessa sairaanhoitajan suorittama näkyvien langanpäiden katkaisu ja poisto.

### Haavakipu

Leikkausalueella esiintyvään kipuun voit käyttää reseptivapaita kipulääkkeitä tai kirurgin sinulle määräämää reseptilääkettä ohjeessa määrättyllä annostuksella.

## Liikkuminen ja asentohoito

Normaali liikkuminen on sallittua kivun sallimissa rajoissa, mutta rasittumista on vältettävä sairausloman ajan. Esimerkiksi kevyitä kotitöitä voit tehdä, mutta vältä kantamista ja raskasta nostamista (n.3kg) leikatun käden puolella.

Rintaimplantin vuoksi on käden ääriliikkeitä vältettävä 3 viikon ajan, jotta implantin asento ei muuttuisi. Älä nosta käsivarttasi yli olkapään tason. Rinnan muotoutumisen kannalta on suositeltavaa, että nuket kotona 4 viikon ajan selällään tai leikkaamattoman rinnan puoleisella kyljellä.

Käytä tukevia rintaliivejä yötä päivää 4 viikon ajan. Rintaliivien antama tuki on tärkeää haavojen ja uuden rinnan paranemiselle. Pesuilla käydessäsi voit kuitenkin liivit riisua. Osastolta annettujen rintaliivien sijaan voit käyttää myös muita samalla tavalla tukevia rintaliivejä, esim. urheilurintaliivejä. Mikäli olet saanut leikkauksen jälkeen tukipannan käyttöösi, saat tämän käytöstä erillisen ohjeistuksen.

Hyvää vointia!



Plastiikka- & yleiskirurgia