



FUNDOPLIKAATIO KOTIHOITO-OHJE

Haluamme antaa tietoa fundoplikaatioleikkauksen jälkeisestä itsehoidosta, jotta toipumisesi jatkuisi mahdollisimman hyvin. Sinun on myös tärkeää tietää missä tilanteissa on hakeuduttava uudelleen hoitoon. Toivomme, että suullinen ohjaus ja kirjalliset ohjeet auttavat näissä asioissa ja selkiyttävät myös käsitystäsi sairautesi hoidosta Lapin sairaanhoitopiirissä. Omaisesi tai muu haluamasi henkilö voi osallistua kotiuttamistilanteeseen.

Lääkehoito

Saat tarvittaessa kotiutuessa kipulääkereseptin mukaasi.

- Peruskipulääke on _____, jota suositellaan otettavaksi vähintään kolmen päivän ajan säännöllisesti.
- Lisäkipulääke on _____, joka on tarkoitettu voimakkaaseen kipuun. Tätä lääkettä voit ottaa tarvittaessa tulehduskipulääkkeen lisäksi reseptin ohjeita noudattaen. Kyseessä on kolmiolääke, jonka vaikutuksen alaisena ei saa ajaa autoa. Lääke voi aiheuttaa sivuvaikutuksena huimausta, pahoinvointia tai ummetusta.

Kivut helpottavat yleensä pikkuhiljaa 1–2 viikon kuluessa leikkauksesta. Kipulääkettä kannattaa ottaa sen verran, että pystyt hengittämään vaivatta ja liikkumaan. Ilmavaivojen hoitoon voit käyttää apteekissa ilman reseptiä myytävää dimetikonია (Cuplaton®, Miniform®). Kotiuttava hoitaja ohjaa myös mahdolliset muutokset kotilääkityksessäsi.

Liikkuminen

Leikkauksen jälkeen saat liikkua normaalisti, mutta kovempaa ponnistelua on syytä välttää kahden viikon ajan. Kävelylenkit ja rauhallinen voimistelu ovat hyvää toipumisvaiheen liikuntaa.

Ravitsemus

Heti leikkauksen jälkeen voi olla aiheellista syödä liemi- ja pehmeää ruokaa, mutta toisaalta ruoan huolellinen pureskelu ajaa saman asian. Ilmavaivat lisääntyvät leikkauksen jälkeen. Ne johtuvat ruokailun yhteydessä niellystä ilmastasta, joka ei pääse röyhtäilemällä poistumaan vaan kiertää koko suoliston läpi. Tämäkin vaiva helpottuu osittain ajan myötä. Syömällä hitaasti ja pureskelemalla ruoka hyvin oireet yleensä vähenevät. Jos ilmavaivat ovat hankalia, vältä tuoreita vihanneksia, hiilihappopitoisia juomia ja purukumia.

Ummetus

Vatsan alueen leikkaus, saamasi lääkkeet ja muutos niin ruokailurytmissä kuin olosuhteissa aiheuttavat herkästi ummetusta. Leikkauksen jälkeen Sinun kannattaa olla liikkeellä, juoda vettä ja syödä kuitupitoista ruokaa suolen toiminnan parantamiseksi. Mikäli kotikonstit eivät auta ummetuksen ehkäisyssä ja hoidossa, voit hakea apteekista ilman reseptiä myytävää suolen sisältöä pehmentävää lääkettä.



Haavanhoito

Pidä haava puhtaana ja vältä haava-alueen koskettelua tulehtumisvaaran vuoksi. Suihkussa voi käydä normaalisti, kun leikkauksesta on kulunut vuorokausi. Poista haavasidos ennen suihkuun menoa. Suihkuta haava lämpimällä vedellä ja kuivaa leikkausalue painelemalla puhtaalla pyyhkeellä. Haavan voi tarvittaessa peittää puhtaalla sidoksella, siisti ja erittämätön haava saa olla ilman sidosta.

Ompeleet tai haavahakaset poistetaan sovittuna ajankohtana omassa terveyskeskuksessa, työterveyshuollossa, kotisairaanhoidossa tai (seniori)neuvolassa ____/____ 20____. Varaa aika etukäteen terveydenhoitajan tai sairaanhoitajan vastaanotolle omalta paikkakunnaltasi.

Haavan saa kastella ompeleiden poistopäivänä. Saunaan tai uimaan voit mennä vasta ompeleiden tai haavahakasten poiston jälkeen. Vältä haava-alueen voimakasta venytystä, hiertymistä ja räsitystä ompeleiden poistoon saakka.

Sulavia ompeleita ei tarvitse poistaa. Saunoa saat viikon kuluttua ompeleiden laitosta.

Haavan ympärille voi tulla mustelmaa. Se on merkki ihon alle tulleesta verenvuotokaudasta ja häviää itseksensä.

Sairausloma

Sairauslomaa kirjoitetaan 1–3 viikkoa työstäsi riippuen. Kotiuttava hoitaja antaa lääkärin kirjoittaman todistuksen.

Leikkauksen jälkeiset ongelmat

Mikäli leikkauksessa tehty mansetti on liian tiukka, voi seurauksena olla ruoan takertumisoireita. Liian tiukkaa mansettia voidaan venyttää pallolaajennuksessa nukutuksessa. Osalla potilaista vanhat oireet uusiutuvat ja he joutuvat palaamaan haposalpaajalääkitykselle, mutta myös uusintaleikkauksia tehdään. Näiden ongelmien mahdollista kehittymistä ei voida vielä kotiutusvaiheessa tarkemmin arvioida, sillä ohimenevien nielemishäiriöiden esiintyminen heti leikkauksen jälkeen yleistä. Nieleminen helpottuu yleensä 6 viikon – 6 kuukauden kuluessa leikkauksesta.

Haavatulehdus

Joskus leikkaushaava voi tulehtua. Tulehduksen oireita ovat haavan lisääntyvä kipu, punoitus, kuumotus ja erityisesti lämmön nousu. Epäillessäsi tulehdusta ota yhteyttä omaan terveyskeskukseen. Mikäli tulehdus todetaan, toimitaan erillisenä annettavan leikkaushaavainfektion seuranta- ja ilmoituslomakkeen ohjeen mukaisesti. Ota haavainfektion seuranta- ja ilmoituslomake mukaan terveyskeskukseen mennessäsi.

Kotiutuminen ja jatkohoito



Osasto 4 ja Leikkaus- ja anestesiayksikkö

Saat laskun mukaasi kotiutuessa tai se postitetaan kotiin. Kotiuttava hoitaja tiilaa Sinulle tarvittaessa lääkärin luvalla taksikyydin Lapin taksikeskuksesta, jolloin saat matkakorvauksen heti taksissa. Varaudu esittämään Kela-korttisi kuljettajalle.

Jälkitarkastus tehdään ruokatorven tähystyksellä (gastroskopia) LKS:n Toimenpidepoliklinikalla (2. kerros) noin kolmen kuukauden kuluttua leikkauksesta. Aika ja ohjeet tutkimukseen valmistautumisesta lähetetään kirjeellä kotiin tai annetaan kotiutuessa:

_____ / _____. 20_____ klo _____._____

Mikäli toipumisessasi on ongelmia (esimerkiksi tulehdusoireet, lisääntyvä kipu, hengenahdistus), ota ensisijaisesti yhteyttä virka-aikana omaan terveystieteeseen tai tarvittaessa voit kysyä toimintaohjeita Lapin keskussairaalan perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon yhteispäivystyksestä (016) 322 4800 tai hakeutua hoitoon edellä mainittuihin paikkoihin. Hätätapauksessa apua soiteetaan yleisestä hätäkeskuksesta, jonka numero on 112.

Mikäli Sinulle jäi kysyttävää osastolla tapahtunutta hoitoasi koskien, voit soittaa osastolle 4 (016) 328 4100 (mielellään iltapäivisin) tai osastolle _____ (016) 328 _____. Leikkaus- ja anestesiayksiköstä (016) 328 7137 saat tietoa siellä tapahtuneesta hoidosta (arkisin klo 8.00–16.00). Jos asiiasi koskee seurantaikäyntiä ja tehtävää tähystystä, ole yhteydessä toimenpidepoliikkiaan (016) 328 2700.

Toivotamme hyvää vointia!