

## Kotona huomioitavaa lonkan tekonivelleikkauksen jälkeen

### Haavanhoito

Haavasi tarkistetaan osastolla ennen kotiutumista ja se suojataan sidoksella. Haavasidoksen voit poistaa kotona, mikäli haava ei enää eritä. Erityksen jatkuessa, suojaa haava sidoksella, kunnes se on loppunut.

Leikkaushaavan turhaa koskettelua tulee välttää. Mikäli sidoksia joudutaan vaihtamaan kotona, tehdään se aina puhtain ja pestyin käsin.

Peseytyä voit normaalisti ja haavaa saat suihkuttaa lyhyen ajan. Suihkun jälkeen kuivaa haava puhtaalla pyyhkeellä kevyesti painelemalla.

**Mikäli leikkausalueella ilmenee lisääntyvää punoitusta, kuumotusta, haavaeritystä, turvotusta, kipua tai teillä on lämmönnousua (>38°C) ota yhteyttä ortopedian poliklinikalle.**

**Kaikissa ennen jälkitarkastusta ilmenevissä leikkausalueen ongelmassa ole yhteydessä ortopedian poliklinikalle.**

**Haavan tulehdusepäilyn vuoksi ei tule aloittaa suun kautta otettavaa antibioottihoitoa avoterveydenhuollossa.**

Hakaset, joilla leikkaushaava on suljettu, poistetaan kahden viikon kuluessa. Saunaan ja uimaan voi mennä, kun hakasten poistosta on kulunut vuorokausi tai vasta kun mahdollinen hakastenpoistoon liittyvä erityis on loppunut.

### Kivunhoito kotona

Leikkausalue voi olla pitkään kipeä, mutta kipu ei saa olla esteenä liikkumiselle ja harjoittelulle. Lääkäri kirjoittaa kipulääkereseptit ja ensimmäisten viikkojen aikana kotiutumisesta on tarpeen ottaa kipulääkkeitä säännöllisesti. Aktiivinen kuntoutuminen ja liikkuminen vaativat säännöllistä kipulääkkeiden käyttöä. Voit vähentää kipulääkkeiden käyttöä asteittain kivun vähentyessä.

Lääkehoidon lisäksi voit hoitaa kipua liikkumalla kohtuullisesti, mieluummin pieniä määriä useita kertoja päivässä. Kylmähoito voi lievittää kipua ja vähentää kipulääkityksen tarvetta.

Jotkut kipulääkkeet saattavat aiheuttaa ummetusta. Seuraa, että vatsasi toimii, tarvittaessa voit ostaa apteekista suolen toimintaa edistävää lääkitystä.

## Laskimotukosten ehkäisy kotona

Leikkauksen jälkeen sinulle määrätään laskimotukoksia ehkäisevä lääkitys. Saat opastuksen lääkityksen käyttöön osastolla ennen kotiutumista. Lääkityksen lisäksi liikkuminen on tehokas keino laskimotukosten ehkäisyyn.

## Yhteydenotot

Jälkitarkastusaika (n. 2-3 kuukautta leikkauksesta) lähetetään sinulle postitse kotiin. Mikäli sinulla tulee kotiutumisen jälkeen kysyttävää, ota tarvittaessa yhteyttä:

- Kanta- Hämeen keskussairaalan ortopedian poliklinikka, p. (03) 629 2989, takaisinsoittopalvelu auki arkisin klo 7.30–14.00.
- Forssan sairaalan kirurgian poliklinikalle puh. 03-4191 3065
- Kanta-Hämeen keskussairaalan päivystysklinikka puh. 03- 629 4500 (viikonloppuisin)