

HML / Synnytys

Hoito-ohjeet keisarileikkauksen jälkeen

Puhtaus

Käsihygieniasta huolehtiminen on tärkeää. **Leikkaushaavan** päivittäinen suihkutteleminen sekä ”ilmakylvyt” edistävät **haavan** paranemista. Haavan pesuun riittää pelkkä vesi. Kuivatkaa haava taputtelemalla puhtaalla pyyhkeellä tai käsipaperilla. Saunaan voitte mennä noin kahden viikon kuluttua kotiutumisesiänne. Välttääkää kovia löylyjä ja huolehtikaa hygieniasta saunan yhteydessä.

Leikkauksen jälkeen voi veristä jälkivuotoa esiintyä useita viikkoja. Käyttäkää sidettä, ei tamponia.

Lepo ja ulkoilu

Kohtuullinen liikunta ja lepo kohottavat yleiskuntoa ja nopeuttavat toipumistanne. Välttääkää nostelua ja ponnistelua toimenpiteen jälkeen noin kuukauden ajan. Vauvaa voitte kantaa/nostella. **Imetyksen aikana** voitte käyttää **normaalisti** ilman reseptiä saatavia särkylääkkeitä.

Vatsantoiminta

Huolehtikaa suolen toiminnasta syömällä monipuolista, ravitsevaa, kuitupitoista ruokaa ja juomalla runsaasti nestettä. Voitte käyttää tarvittaessa **ummetuslääkkeitä** suolentoiminnan helpottamiseksi.

Jatkohoito

Haavan sulkemiseen on voitu käyttää itsestään sulavia ompeleita, poistettavia ompeleita tai hakasia. Poistettavat ompeleet ja hakaset poistetaan saamanne ohjeen mukaan. **Jälkitarkastus on yleensä omassa neuvolassa.**

Mikäli teillä ilmenee tulehdusoireita: haavan **punoitusta**, märkimistä, kuumeilua **tai** kipua **tai voinnissanne on jotain muuta, mistä olette huolissanne**, ottakaa yhteyttä omalle terveysasemalle, neuvolaan tai synnyttäneiden vuodeosastolle.

Hyvää vointia!

Yhteystiedot

Synnytys- ja naistentautien vuodeosasto 1	03 629 2099
Äitiyspoliklinikka	03 629 2103
Synnytysosasto	03 629 2108

K-HKS .4576.10.17
KP / MJ

Kanta-Hämeen sairaanhoitopiirin ky. • 13530 Hämeenlinna • Puh. 03 6291

Hämeenlinnan yksikkö
Ahvenistontie 20
13530 HÄMEENLINNA
vaihte 03 6291

Riihimäen yksikkö
Kontiontie 77, 11120 RIIHIMÄKI
PL 140, 11101 RIIHIMÄKI
vaihte 019 744 51

Sinua kuunnellen..... 