

# TEKONIVELSAIRAALA COXA - POTILASOHJEET

## LONKAN TEKONIVELLEIKKAUS

Lonkan tekonivelleikkauksella pyritään liikkumisen helpottumiseen, kipujen vähenemiseen, työ- ja toimintakyvyn palauttamiseen sekä elämänlaadun parantamiseen. Lonkan tekonivelleikkauksen syynä on useimmiten nivelrikko tai reumasairaus. Uusintaleikkaukseen voi johtaa tekoniivelen kuluma tai irtoaminen.

Leikkauksessa vioittunut lonkkanivel poistetaan ja korvataan tekoniiveillä eli endoproteesilla. Tekoniivel on valmistettu koboltti-kromista, titaanista, keraamista ja/tai polyeteenimuovista. Se voidaan kiinnittää paikoilleen luusementillä. Ilman luusementtiä asetettu karheapintainen tekoniivel kasvaa kiinni luuhun. Myös luunsiirteiden ja ruuvien käyttö on mahdollista.

Ortopedi valitsee käytettävän tekoniivelmallin yksilöllisesti. Valintaan vaikuttavat potilaan yleistila, luun laatu ja anatomiset tekijät sekä odotettavissa oleva käytön kuormittavuus. Tekoniivelsairaala Coxassa käytetään tutkimuksin laadukkaiksi osoitettuja tekoniivelmalleja.

### VALMISTAUTUMINEN TEKONIVELLEIKKAUKSEEN

Tekoniivelleikkaukseen valmistaudutaan huolellisesti, sillä leikkaus on rasite elimistölle ja vaatii mahdollisimman hyvän terveydentilan. Hyvä yleiskunto ja lihasvoima nopeuttavat leikkauksesta toipumista sekä fyysisen toimintakyvyn parantumista. Terveellinen ravinto, riittävä lepo ja liikunta ylläpitävät ja parantavat yleiskuntoa. Terveen ja kuivan ihon hoidoksi riittää hygieniasta huolehtiminen, riittävä nesteen saanti ja tarvittava perusrasvaus.

**Tekoniivelleikkauksen edellytyksenä on ehjä iho, hoidettu suu ja hampaat sekä muiden mahdollisten sairauksien hyvä hoitotasapaino ja tulehdusten hoito.**

#### Ihon hoito

Ennen leikkausta on vältettävä ihon haavautumista, ihokarvojen poistamista ja ihon hankaamista. Kynsien leikkaaminen voi helposti vaurioittaa kynsivallia. Huomioitavia ovat myös erilaiset naarmut, säərihaavat, palovammat ja rakkulat.

Jos ette pysty tarkastamaan varpaanvälien kuntoa itse, suosittelemme käyntiä jalkojenhoitajalla, joka tarkastaa jalat ja antaa tarvittaessa hoito-ohjeita.

#### Tulehdusten hoito

Tulehdukset ovat leikkauksen yleisimpiä esteitä, sillä tulehdus voi levitä veriteitse lonkkaan ja aiheuttaa sen infektoitumisen. Mikäli epäilette, että teillä on jokin leikkausta estävä infektio, ottakaa yhteyttä omalääkäriinne. Tällaisia tulehduksia voivat olla esimerkiksi virtsateiden, poskionteloiden, hampaiden ja ienten tulehdukset, tulehtuneet ihottumat, finnit ja kynsien sekä varpaanvälien sieni- yms. tulehdukset.

Tulehduksen oireita voivat olla esimerkiksi:

- Kirvely virtsatessa tai virtsan paha haju
- hengityksen paha haju
- hampaiden ja ikenien aristus syödessä
- hampaiden vihlonta
- varpaiden välien haavaumat ja hautumat
- nivustaipeiden hautumat, haavaumat ja aristikset
- naisilla myös rintojen alusten hautumat ja haavaumat

## **Alkoholi**

Runsas, jatkuva alkoholin käyttö vaatii asianmukaista hoitoa hyvissä ajoin ennen suunniteltua leikkausta. Tekonivelleikkausta ei voida tehdä päihtyneelle, ja vieroitusoireet vaikeuttavat leikkauksesta toipumista ja kuntoutumista.

## **Suu ja hampaat**

Tekonivelleikkaukseen tullessa suu ja hampaat tulee olla hoidetut.

Hammashoidosta vastaa oman kunnan terveyskeskus.

Myös yksityisen hammaslääkärin suorittamasta hoidosta saa Kelakorvausta.

Sairasvakuutuskortti riittää todisteena korvauksen saamiseksi, eli erillistä Coxan lähetettä ei tarvita. Korvaus on käytännössä noin 35-40 prosenttia potilaan maksamista kustannuksista.

## **Muut sairaudet**

Perussairaudet tulee hoitaa parhaalle mahdolliselle hoitotasolle ennen leikkausta. Näistä asioista on hyvä keskustella omalääkärin kanssa. Perussairauteen tai -sairauksiin liittyvät tutkimukset ja hoidot pitää tehdä riittävän ajoissa ennen leikkausta. Omalääkärin lausunto on hyvä olla mukana tulotarkastuksessa, joka on noin kaksi viikkoa ennen leikkausta.

## **Liikunta**

Hyvä yleiskunto ja lihasvoima nopeuttavat leikkauksesta toipumista sekä fyysisen toimintakyvyn parantumista. Lihaskunnosta ja nivelen liikkuvuudesta huolehtiminen on osa tekonivelleikkaukseen valmistautumista. Voitte varata ajan oman terveyskeskuksenne fysioterapeutille henkilökohtaisen ohjauksen saamiseksi. Sopivia liikuntamuotoja ennen tekonivelleikkausta ovat esim. (sauva)kävely, vesivoimistelu, uinti, (kunto)pyöräily ja voimistelu.

## **Ravitsemus**

Ravitsemushäiriöiden ja aliravitsemuksen seurauksena voi olla immuunijärjestelmän toiminnan heikentyminen, tulehdusriskin kasvaminen, painehaavariskin kohoaminen ja haavojen paranemisen hidastuminen. Ylipaino vaikeuttaa leikkauksen teknistä suorittamista sekä puudutusta tai nukutusta. Ylipaino myös pitkittää leikkauksesta toipumisaikaa, lisää laskimotukoksen, haavatulehduksen ja tekonivelen irtoamisen riskiä. Jokainen ylimääräinen painokilo lisää lonkkaan kohdistuvaa kuormitusta kolminkertaisesti. Omasta terveyskeskuksestanne voitte tarpeen mukaan kysyä ohjeita ruokavalioon ja laihduttamiseen.

## **Tupakointi**

Tupakointi on suositeltavaa lopettaa viimeistään kuukausi ennen leikkausta, sillä tupakan savun aineosat vaikuttavat leikkauspotilaan elintoimintoihin. Jos tupakoinnin lopettaminen on mahdotonta, suosittelemme nikotiinilaastarin tai -purukumin käyttöä, koska Coxa on savuton sairaala.

## **TULOTARKASTUS**

Tulotarkastus tehdään noin kaksi viikkoa ennen suunniteltua tekonivelleikkausta Coxassa. Ennen tulotarkastuskäynnille saapumistanne käykää saamienne lähetteiden mukaisissa tutkimuksissa.

-Veri- ja virtsanäytteet sekä sydänfilmi otetaan kotikunnan terveyskeskuksessa tai Tampereen Laboratoriokeskuksessa.

-Röntgentutkimukset tehdään TAYS:n sädediagnostiikan osastolla tai hajautetusti kotikunnassa.

Ottakaa tulotarkastukseen mukaan täytetty esitietolomake (keltainen), tutkimustulokset, käyttämienne lääkkeiden reseptit ja tämä opas.

Tulotarkastuskäynnillä tapaatte sairaanhoitajan, leikkaavan lääkärin, fysioterapeutin ja anestesialääkärin. Silloin käydään läpi leikkaukseen liittyviä asioita, tehdään tulohaastattelu, tutkitaan nivelten liikkuvuus ja tarkastetaan ihon kunto sekä suunnitellaan leikkaus.

Varatkaa tulotarkastuskäynnille aikaa 2-4 tuntia.

### **Lääkitys**

Marevan: Anestesialääkäri antaa yksilölliset ohjeet verenohennuslääkityksen käytöstä ennen leikkausta.

Tulehduskipulääkkeet : Primaspan, Disperin, Ketorin, Orudis ja Burana on lopetettava viikko ennen leikkausta. Särkylääkkeenä voi käyttää mm. Panadolia, Paratabsia tai Panacodia.

Muu kotilääkitys: Anestesialääkärin kanssa sovitut lääkkeet voit ottaa pienen vesimäärän kanssa leikkauspäivän aamuna.

### **Apuvälineet**

Tulotarkastuskäynnin yhteydessä sovitaan, mitä seuraavista apuvälineistä tarvitsette toipilasaikana leikkauksen jälkeen. Lainatkaa tarvittavat apuvälineet kotikuntanne terveyskeskuksesta noin viikko ennen leikkausta.

- kyynärsauvat/kainalosauvat/rollaattori
- istuinkoroke
- wc-koroke
- sängynjalan korokkeet
- tarttumapihdit
- sukanvedin
- pitkä kenkälusikka

Ottakaa kyynärsauvat, tai muu fysioterapeutin kanssa sovittu kävelyn apuväline, mukaan sairaalaan leikkaukseen saapuessanne.

### **LEIKKAUSTA EDELTÄVÄ VUOROKAUSI**

Leikkausta edeltävänä päivänä voitte aterioida normaalisti. Puolen yön jälkeen on oltava syömättä ja juomatta. Peseytykää leikkausta edeltävänä iltana huolellisesti, mutta ihoa turhaan hankaamatta. Mikäli haluatte, voitte käyttää tuttuja perusvoiteita.

### **Ottakaa mukaan sairaalaan:**

- kyynärsauvat tai muu sovittu kävelyn apuväline
- tällä hetkellä käytössä olevat lääkkeet, silmätipat ja reseptit
- henkilökohtaiset hygieniavälineet (hampaiden pesuvälineet, parranajokone, deodorantti ym.
- aamutossut
- väljä vaatetus jatkohoitopaikkaan siirtymistä varten

Arvoesineet sekä suuremmat rahasummat on hyvä jättää kotiin. Käsipuhelimen käyttö on vuodeosastolla kielletty. Jokaisella potilaspaikalla on oma puhelin, johon on suora numero. Puhelinkortteja on ostettavissa vuodeosastolta.

### **SAAPUMINEN SAIRAALAAN**

#### **Tervetuloa Coxan vuodeosastolle**

Coxan vuodeosasto sijaitsee rakennuksen toisessa kerroksessa. Saapuessanne sairaanhoitaja ottaa teidät vastaan ja esittelee osaston.

## **Toimenpide**

Leikkaus tehdään yleisimmin selkäpuudutuksessa. Puudutuksen lisäksi on mahdollista saada nukuttavaa lääkitystä. Ennen leikkausta laitetaan virtsakatetri, koska virtsaaminen leikkauksen jälkeen ei heti onnistu. Katetri poistetaan leikkauksen jälkeisenä päivänä. Tekonivelleikkaus kestää noin 2-3 tuntia ja uusintaleikkaus 2-6 tuntia. Leikkaus tehdään tavallisesti kylkiasennossa.

Leikkauksen jälkeen teidät siirretään valvontaosastolle, jossa saatte toipua leikkauksesta. Siirto vuodeosastolle tapahtuu seuraavana aamuna.

## **LEIKKAUKSEN JÄLKEEN SAIRAALASSA**

### **kipu**

Luustoon kohdistuvat leikkaukset aiheuttavat usein leikkauksen jälkeistä kipua. Ensimmäisinä leikkauksen jälkeisinä päivinä kipua hoidetaan kipupumpulla joko suonensisäisesti tai epiduraalikatetrin kautta. Kivun kokeminen on yksilöllistä, joten kipulääkitystä annetaan tarpeen mukaan ja toivomukseenne huomioonottaen. Myös mahdollista pahoinvointia helpotetaan tarvittaessa lääkkeillä.

### **Laskimotukosten ehkäisy**

Laskimotukoksen ehkäisyyn käytetään verenhennuslääkitystä, joka annetaan sairaalassa lääkärin ohjeen mukaan pistoksena navan seutuun. Pistoshoitoa jatketaan yleensä koko sairaalassa oloajan ja tarvittaessa kotona 2-4 viikkoa. Sairaalassa teidät opetetaan huolehtimaan pistoshoitosta itse.

Laskimotukoksia voi ennaltaehkäistä myös nilkkojen ja lihasten pumppausliikkeillä. Ne on hyvä aloittaa heti puudutuksen poistuttua. Liikkuminen ja jalkeilla olo on tärkeää tukosten ennaltaehkäisemiseksi.

### **Ravitsemus**

Leikkauksen jälkeen pyritään normaaliin ravitsemukseen voinnin mukaan mahdollisimman pian. Leikkauspäivänä valvontaosastolla voi saada iltapalaa. Suonensisäistä nestehoitoa jatketaan yleensä seuraavaan päivään, tarvittaessa pidempäänkin. Ruokaillessa on suositeltavaa istua vuoteen reunalla tai pöydän ääressä.

### **Haavahoito**

Haavavuodon tarkkailemiseksi ja turvotuksen vähentämiseksi leikkausalueelle on leikkauksen yhteydessä laitettu haavaimu eli dreeni. Se poistetaan yleensä ensimmäisenä leikkauksen jälkeisenä päivänä. Leikkaushaavan saa suihkuttaa viidentenä leikkauksen jälkeisenä päivänä, mikäli haavavuoto on loppunut. Leikkaushaava on suljettu pienillä metallihakasilla, jotka poistetaan 10-14 päivän kuluttua leikkauksesta.

## **SIIRTYMINEN JATKOHOITOPAIKKAAN**

Siirto jatkohoitopaikkaan tapahtuu noin kolmantena leikkauksen jälkeisenä päivänä. Jos molemmat lonkat on leikattu yhtä aikaa tai kyseessä on uusintaleikkaus, hoitoaika Coxassa on noin viisi vuorokautta. Siirtyminen jatkohoitoon tapahtuu paritaksilla makuuasennossa. Verenkiertoa edistäviä jalkojen pumppaus-liikkeitä on hyvä tehdä myös kuljetuksen aikana.

Coxasta on mahdollista myös kotiutua, mikäli olette kuntoutunut jo sairaalassa ollessanne omatoimiseksi.

## **HUOMIOITAVAA**

Lonkan tekonivelleikkaukseen liittyvät komplikaatiot ovat harvinaisia. Ennaltaehkäisevästä lääkityksestä huolimatta laskimotukoksen riski on aina olemassa. Oireita ovat raajan huomattava turpoaminen, kuumotus, punoitus, "täyteläisyyden" tunne ja kivuliaisuus. Kun veritulppa havaitaan, siihen aloitetaan asianmukainen lääkehoito.

Tekonivel voi mennä sijoiltaan esim. kaatuessa tai syvään kumartaessa. Muita altistavia tekijöitä ovat halvauksen jälkitila tai muu lihasheikkous. Sijoiltaan meno hoidetaan asettamalla tekonivel paikoilleen ja tukemalla raaja lonkkatuella. Toistuvien sijoiltaan menojen jälkeen harkitaan uusintaleikkausta.

Komplikaationa voi olla myös pinnallinen tai syvä infektio eli tulehdus. Infektion hoito suunnitellaan yksilöllisesti. Yleensä hoitona käytetään antibiootteja, tarvittaessa tehdään uusintaleikkaus.

Painonhallinta on erittäin tärkeää tekonivelen pitkäaikaispysyvyyden kannalta. Runsas ylipaino lyhentää tekonivelen käyttöikää.

## **LEIKKAUKSEN JÄLKEEN KOTONA**

### **Leikkausalueen tarkkailu ja haavahoito**

#### **OTTAKAA YHTEYTTÄ COXAAN, JOS:**

- **LEIKATUSSA JALASSA JA/TAI HAAVA-ALUEELLA ON LISÄÄNTYVÄÄ KIPUA, TURVOTUSTA, PUNOTUSTA TAI KUUMOTUSTA**
- **HAAVASTA ERITTYY MÄRKÄISTÄ VUOTOA**
- **VUOTO HAAVASTA LISÄÄNTYY**
- **LÄMPÖÄ ON YLI VUOROKAUDEN YLI 38 ASTETTA**

#### **COXAN VUODEOSASTO: P. 03-31178040**

##### **Kipu**

Kotiutumisen jälkeen voitte tarvittaessa käyttää tuttuja kipulääkkeitä. Kipua lievittää myös kylmähoito.

##### **Autoilu**

Matkustamiseen käytetään paritaksia noin kolme viikkoa leikkauksesta. Tämän jälkeen voi matkustaa henkilöautolla, kun auton istuin on mahdollisimman takana, selkänoja kallistettu taakse ja istuinkoroke istuimella. Itse voi ajaa autoa vasta, kun kävelyn apuvälineistä on luovuttu.

##### **Seksuaalielämä**

Tekonivelleikkauksen jälkeen yhdynnässä on hyvä huomioida asentojen merkitys siten, ettei lonkka koukistu liikaa ja kierry sisäänpäin. Haava-alueen venymistä ja hankautumista on syytä välttää paranemisen ollessa kesken. Raskaus ja synnyttäminen ovat mahdollisia tekonivelleikkauksenkin jälkeen.

##### **Metallinilmaisin**

Metallinilmaisimet voivat reagoida tekoniveleen. Tämän vuoksi teille annetaan tekonivelestä kertova terveyskortti.

## **Tulehdusten hoito ja ennaltaehkäisy jatkossa**

Tulehdusten ennaltaehkäisy ja niiden huolellinen hoito ovat jatkossakin tärkeitä, koska tulehdus voi levitä veriteitse tekoniveleen. Mikäli teille suunnitellaan hammastoimenpiteitä, polikliinisiä täyhystys- tai muita toimenpiteitä, teidän tulee kertoa hoitavalle lääkärille tekonivelestä.

### **JÄLKITARKASTUS**

Saatte postitse kutsun jälkitarkastukseen, joka on noin kaksi kuukautta leikkauksen jälkeen. Jälkitarkastuksen tekee leikannut lääkäri ja seurannasta vastaava fysioterapeutti Coxan poliklinikalla. Jälkitarkastuksessa arvioidaan toimintakykyä ja liikkumista sekä kontrolloidaan röntgenkuvat.

Tekonivelleikkauksella tavoiteltu työ- ja toimintakyvyn paraneminen sekä nivelrikosta aiheutuvan kivun poistaminen mahdollistavat aikaisempaa aktiivisemmän ja itsenäisemmän elämäntavan. Oma aktiivinen ote kuntoutumiseen on tärkeää hyvän lopputuloksen saavuttamiseksi. Parantunut toimintakyky parantaa myös elämänlaatua.

Tekonivelpotilaita seurataan määrävuositarkastuksin pääosin hajautetusti jatkohoitopaikoissa.