

TEKONIVELSAIRAALA COXA - POTILASOHJEET

POLVEN TEKONIVELLEIKKAUS

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

Leikkauksessa poistetaan vioittunut polvinivel tai sen osa ja se korvataan tekonivelellä eli endoproteesilla. Tekonivel on valmistettu koboltti-kromista, titaanista ja polyeteenimuovista. Se kiinnitetään paikoilleen luusementillä.

Nivelrikko voi vaurioittaa vain osaa polvinivelestä. Tällöin hoidoksi voidaan käyttää polven puolitekoniveltä. Ortopedi valitsee käytettävän tekonivelmallin yksilöllisesti. Valintaan vaikuttaa luun laatu ja anatomiset tekijät.

VALMISTAUTUMINEN TEKONIVELLEIKKAUKSEEN

Tekonivelleikkaukseen 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.

Tekonivelleikkauksen 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, säärihaavat, palovammat ja rakkulat.

Jos ette pysty tarkastamaan varpaanvälienne 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 polveen 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:

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 polveen 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 läheteiden mukaisissa tutkimuksissa.

- Veri- ja virtsanäytteet sekä sydänfilmi otetaan oman kuntanne 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 anestesia-lääkärin. 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: Anestesia lääkäri 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: Anestesia lääkäriin kanssa sovitut lääkkeet voitte ottaa pienen vesimäärän kanssa leikkauspäivän aamuna.

Apuvälineet

Tulotarkastuskäynnin yhteydessä sovitaan, minkä seuraavista apuvälineistä tarvitsette toipilasaikana leikkauksen jälkeen. Lainatkaa kyynärsauvat / kainalosauvat / rollaattori kotikuntanne terveyskeskuksesta noin viikko ennen leikkausta.

Ottakaa kyynärsauvat tai muu 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 (tarvittaessa saa myös Coxasta)
- halutessanne korvalappustereot ja musiikkia
- löysä vaatetus jatkohoitopaikkaan siirtymistä varten

Arvoesineet sekä suuremmat rahasummat olisi 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 seuraavana päivänä leikkauksesta. Tekonivelleikkaus kestää noin 2-3 tuntia ja uusintaleikkaus 2-6 tuntia.

Leikkauksen aikana saatatte kuulla erilaisia leikkauksesta aiheutuvia ääniä. Mikäli haluatte, voitte kuunnella omista korvalappustereostanne mieleistänne musiikkia.

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. Leikkauksen jälkeistä kipua ja turvotusta hoidetaan myös kohoasennolla kiilatyydyn avulla ja kylmähoidin. Kivun kokeminen on yksilöllistä, joten kipulääkitystä annetaan tarpeen mukaan ja toivomukseenne huomioonottaen. Myös mahdollista pahoinvointia helpotetaan tarvittaessa lääkkeillä.

Laskimotukosten ehkäisy

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

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

Ravitsemus

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

Haavanhoito

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 polvet 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

Polven 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.

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

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

LEIKKAUKSEN JÄLKEEN KOTONA

Leikkausalueen tarkkailu ja haavahoito

Hakaset poistetaan omassa terveyskeskuksessa tai kotisairaanhoidaja voi käydä poistamassa hakaset kotona. Niiden poistamispäivänä haava-aluetta ei saa kastella. Saunaan menosta on hyvä keskustella kotiuttavan lääkärin kanssa.

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 – 3117 8040

Kipu

Kotiutumisen jälkeen voitte tarvittaessa käyttää tuttuja kipulääkkeitä. Kipua ja turvotusta lievittää myös kylmähoito ja alaraajan kohoasento.

Autoilu

Autolla voi matkustaa normaalisti heti yleistilan ja polven liikkuvuuden sen salliessa. Itse voi ajaa autoa vasta, kun kävelyn apuvälineistä on luovuttu.

Seksuaalielämä

Tekonivelleikkauksen jälkeen yhdynnässä on huomioitava, ettei haava-alue joudu alttiiksi hankaukselle tai venytykselle paranemisen ollessa kesken.

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.