

# Alaraajan valtimon puhdistusleikkaus (endarterektomia)

Sinulla on todettu oireita aiheuttava (katkokävely, leposärky, jalkaterän haavauma tai kuolio) alaraajojen valtimonkovettumatauti. Tehdyn varjoainekuvauksen perusteella hoidoksi on päädytty suosittelemaan tukosalueen puhdistusleikkausta.

Toimenpiteessä poistetaan kirurgisesti valtimon sairas sisäkerros ja siitä johtuva ahtauma. Ahtauman poistamisen tarkoituksena on verenkierto-olosuhteiden normalisoituminen alaraajassa ja sen myötä valtimoverenkierron vähyyden aiheuttamat oireet lievittyvät merkittävästi tai poistuvat kokonaan. Tyypillisesti valtimon puhdistusleikkaus tehdään nivusten alueelle.

Leikkaus tehdään yleensä selkäpuudutuksessa. Leikkauksen jälkeen siirryt heräämään, jossa seurataan vointiasi, puudutuksen poistumista ja hoidetaan kipuasi. Kun vointisi sallii, sinut siirretään vuodeosastolle.

## Hoito osastolla

Osastolla tarkkaillaan yleisvointiasi, leikatun raajan verenkiertoa sekä kipuja. Liikkumaan voit lähteä hoitajan avustuksella. Omalla aktiivisuudellasi edistät toipumista leikkauksesta. Leikkaavan lääkärin tapaat osastolla, jolloin voit esittää hänelle kysymyksiä leikkauksesta ja toipumiseen liittyvistä asioista.

Leikatussa jalassa voi esiintyä turvotusta ja kipua. Leikkauksen jälkeisen kivunhoidossa käytetään monia erilaisia menetelmiä ja lääkkeitä, joista lääkärit valitsevat sinulle sopivimmat. Hoitajakson loppua kohden kipulääkkeen tarve yleensä vähenee.

## Kotona

Keskimääräinen hoitoaika sairaalassa on noin 3 vuorokautta. Kotiin pääset lähtemään, kun selviydyt itsenäisesti tai avustettuna päivittäisistä toiminnoista. Kivun tulee pysyä hallinnassa kotona käytettävissä olevien lääkkeiden avulla.

Kotiutumisen jälkeen toteutettu hyvä kivunhoito nopeuttaa paranemista. Tämän vuoksi on hyvä ottaa kipulääkettä säännöllisesti 3-4 päivää kotiutuksen jälkeen ja sitten tarpeen mukaan. Lääke tehoaa parhaiten, kun se otetaan ennen kuin kipu yltyy voimakkaaksi. Hoidoksi riittää yleensä tavallinen särkylääke, joka valtimonkovettumatautia sairastavalla potilaalla on mielellään parasetamoli (esimerkiksi Panadol® tai Para-Tabs®). Tarvittaessa lääkäri kirjoittaa kipulääkereseptin.

Leikkauksen jälkeen aloitetaan usein verenkiertoa parantava lääkitys, mikäli sellaista ei ole entuudestaan käytössä, tavallisesti asetyylisalisyylihappo (esimerkiksi Primaspan®) tai klopidooreli (Plavix®). Lääkitys jatkuu kotona pysyvästi.

## Jatkohoito

Kotiutuessa annetaan jälkitarkastusaika kirurgian poliklinikalle. Kotona tulee itse seurata leikatun alaraajan lämpöä, väriä ja haavan paranemista ja jos näihin tulee muutosta, tulee olla yhteydessä oman terveyskeskuksen päivystykseen.

## Ennaltaehkäisy elintavoilla

Leikkaushoito ei paranna ahtauman taustalla olevaa syytä eli valtimonkovettumatautia. Omilla elintottumuksillasi voit kuitenkin vaikuttaa taudin etenemiseen. Päivittäinen liikunta, kasvisrasvojen ja kuitujen käyttö sekä tupakoimattomuus hidastavat taudin pahenemista. Mikäli kolesteroliarvot ovat koholla, on syytä harkita myös kolesterolilääkityksen aloittamista.

Säännöllinen ja riittävän kuormittava liikunta on tärkeää. Liikunta vilkastuttaa ja edistää verenkiertoa vähentäen ahtaumien muodostumista valtimoiden seinämiin. Liikunnan verenkiertoa vilkastuttavat vaikutukset tulevat esiin parin ensimmäisen harjoittelukuukauden kuluttua. Sopivia liikuntamuotoja ovat kävely, kuntopyörällä polkeminen, pyöräily, uinti haavojen parannuttua, sauvakävely, hiihto sekä muut verenkiertoelimistöä kuormittavat kestävyysliikuntamuodot. Kävelyharjoittelussa tulee kävellä kipuun saakka, jonka jälkeen levähdetään ja kivun mentyä ohi jatketaan kävelyä. Alaraajoihin rasituksessa tuleva kipu ei ole vaarallista. Lisäksi hyötyliikunta on tärkeää.

## Tarvittaessa voit ottaa yhteyttä

- Sairaala Nova, operatiivinen osasto puh. 014 269 1015
- Päivystysapu 24/7 puh. 116117
- Omaan terveyskeskukseen