

## Olkapään tähystysleikkaus

### Kivun hoito

Olkapään tähystyksen jälkeen esiintyy kipua vaihtelevasti riippuen olkapään kunnosta ja tehdystä toimenpiteestä.

Kipu voi olla erittäin kovaa ensimmäisten vuorokausien aikana.

Ota sinulle määrättyä kipulääkettä **säännöllisesti ja ennakoivasti** jo ennen kivun alkamista.

Kipulääkitys edistää paranemista, poistaa kipua ja vähentää turvotusta.

Leikattu olkapää puudutetaan toimenpiteen yhteydessä.

Kylmähoidon avulla voidaan lievittää kipua ja vähentää kudosturvotusta. Kylmäpakkausta (esim. pakastimesta marjapussi tai märkä, kylmä pyyhe muovipussissa) voit käyttää olkapään päällä 15 - 20 minuuttia kerralla useita kertoja päivässä noin viikon ajan.

Vältä kylmäpakkauksen käyttöä paljaalla iholla, ettei tule palettumavammoja.

### Haavan hoito

Sidosta pidetään 2 vuorokautta.

Tämän jälkeen voit poistaa sidoksen ja käydä suihkussa.

Suojaa haava puhtailla apteekista saatavilla haavateipeillä kahden viikon ajan. Käsittele haavaa aina puhtain ja kuivin käsin.

Vältä haava-alueen turhaa liikuttelua sekä hankausta.

Haava on suljettu sulavin ompelein.

Saunaan voit mennä kahden viikon kuluttua, kun haavat ovat kunnolla parantuneet

### Asento-/liikehoito

**Ohjeet ovat riippuvaisia olkapään kunnosta ja tehdystä toimenpiteestä**

Toimenpiteen jälkeen leikattu yläraaja tuetaan kantositeellä.

Liikeharjoitusten tarkoituksena on palauttaa olkapään toiminta-, liikkuvuus ja lihasvoima mahdollisimman normaaliksi.

Liikehoidosta ja yläraajan käytöstä annetaan erilliset harjoitteluohjeet.

Ohjeisiin liittyen voit tarvittaessa ottaa yhteyttä päiväkirurgian fysioterapeuttiin puh. (014) 269 5066.

### **Ota yhteyttä hoitavaan lääkäriin, jos**

- olkapäässä on yltyvää kipua
- iholla on punoitusta
- haava aukeaa
- haavassa on jatkuvaa runsasta verenvuotoa tai pahaa hajua
- olkapää turpoaa huomattavasti
- sinulle nousee lämpöä

### **Jatkohoito**

Sinulle ei ole varattu jälkikontrolliaikaa, mutta voit ottaa yhteyttä tarvittaessa.

Sinulle on tehty ennakkoajanvaraus n. \_\_\_\_\_ viikon päähän kirurgian poliklinikalle puh. 269 1427 klo 9.-12.00. Saat kutsun myöhemmin postissa.