

# Kohdunpoistoleikkaus (päiväkirurginen)

Sinulle on tehty kohdunpoistoleikkaus emättimen kautta. Toipuminen sujuu usein tässä leikkaustavassa hyvin nopeasti verrattuna muihin vatsan alueen toimenpiteisiin. Sinun tulee kuitenkin noudattaa tarkasti seuraavia ohjeita. Mikäli jotain poikkeavaa esiintyy lähivuorokausien aikana, yhteyden ottoa varten ovat sairaalan yhteystiedot jäljempänä tässä ohjeessa.

## Kivun hoito

Toimenpiteen jälkeen on aina jonkin verran kipua ja se on kovinta ensimmäisen vuorokauden aikana. Käytä säännöllisesti määrättyjä lääkkeitä annettujen ohjeiden mukaisesti. Lääkitys toimii parhaiten, kun se otetaan ajoissa ennen kuin kipu on yltenyt voimakkaaksi.

## Haavan hoito

Niukkaa jälkivuotoa voi olla muutaman viikon ajan. Alapesu on syytä tehdä aamuin ja illoin sekä siteen vaihdon yhteydessä. Vältä saunomista viikon ajan leikkauksesta. Tamponin käyttöä, sukupuoliyhdyntää sekä amme- ja istumakylpyjä pitää välttää neljän viikon ajan. Ompeleiden poistoa ei tarvita, sillä ne sulavat pois itsestään.

## Liikunta ja lepo

Liikkuminen voinnin mukaan, kevyet kotiaskareet ja ulkoilu edistävät toipumista. Samalla pitää muistaa myös levätä riittävästi. Sairasloman aikana vältä raskaita ponnisteluja ja työtehtäviä.

## Ruokavalio

Monipuolinen ruoka yhdessä liikunnan kanssa edistävät vatsantoimintaa. Ummetuksen ehkäisemiseksi kannattaa huolehtia riittävästä kuidun saannista syömällä monipuolisesti kasviksia, luumuja ja juomalla riittävästi vettä n. 1-1,5 litraa päivässä. Suolen toimintaa voi tehostaa suun kautta otettavilla ilman reseptiä saatavilla ulostuslääkkeillä (esim. Aqiogur<sup>®</sup>, Agiolax<sup>®</sup>, Movicol<sup>®</sup>, Pegorion<sup>®</sup>).

## Jatkohoito

Hoitaja soittaa seuraavana päivänä kysyäkseen vointianne.

### **Mikäli voinnissa ilmenee jotain erityistä, esimerkiksi**

- virtsaus ei onnistu normaalisti tai virtsatessa on kirvelyä tai poltetta
- pitkittynyttä veristä tai pahanhajuista vuotoa emättimestä
- voimakasta alavatsakipua
- lämpö nousee yli 38 c°

## Ota yhteyttä

Tarvittaessa, ensisijaisesti, arkipäivisin Naistentauti- ja äitiysyksikköön klo 8.00 -14.00 puh. 014 269 1023

Päivytysaikaan synnytysvastaanottoon puh.014 269 1204.

## **Leikkausnäytteiden tulokset**

Otetuista näytteistä näet tuloksen Oma Kanta sivulta..

## **Sairauspoissaolo**

Kohdunpoistoleikkauksesta/Laskeumaleikkauksesta leikkaava lääkäri kirjoittaa 2 viikon sairauspoissaolon. Varaa vastaanottoaika työkykyarvioon omalle työterveyslääkärille 2 viikon sisälle leikkauksesta, kun olet saanut leikkauspäivän tietoosi. Toimenpiteen yhteydessä leikkaava lääkäri vielä muistuttaa sinua työterveyshuollon ajanvarauksesta ja sinun luvallasi tekee sähköisen lähetteen omaan työterveyshuoltoosi työhönpaluun suunnittelua varten. Jollei sinulla ole työterveyshuoltoa voit ottaa tarvittaessa yhteyttä omaan sote-keskukseen.

## **Jälkitarkastus**

Jälkitarkastus tarvittaessa omalla lääkärillä tai terveyskeskuksessa 4-5 viikon kuluttua leikkauksesta.

**Hyvää toipumista!**