



## IHONSIIRTO

### Yleistä

Leikkauksessa teiltä otetaan tervettä ihoa yleensä reiden yläosasta, jolloin tätä aluetta kutsutaan **ihonottokohdaksi**. Paikkaa, johon ihonsiirre siirretään, kutsutaan **ihonsiirtokohdaksi**.

### Ihonsiirteen hoito

Teidän on hyvä suihkuttaa ihonsiirre **päivittäin lämpimällä vedellä** 2-3 viikon ajan vielä kotonakin. Jos ihonsiirteelle on muodostunut karstaa, voitte suihkun yhteydessä varovasti ”rapsuttaa” sitä esim. froteisella pesulapulla. Teidän on hyvä **rasvata ihonsiirrettä perusvoiteella** 3-4 kuukauden ajan aamuin illoin ja aina, kun ihonsiirre kuivuu ja hilseilee.

### Saunominen ja uiminen

Voitte sauna ja uida vasta silloin, kun ihonsiirre on **täysin** parantunut. **Yleensä paraneminen kestää noin 3-4 viikkoa**. Teidän on hyvä **aloittaa saunominen varovasti**, sillä ihonsiirre on arka kylmälle ja kuumalle. Alkuun saunoessa voi haavoja peittää esim. pienellä pyyhkeellä.

### Auringonotto

Teidän on hyvä **välttää auringonottoa noin vuoden ajan**, koska ihonsiirtokohta palaa herkästi. Vuoden kuluttua leikkauksesta voitte oleskella auringossa käyttäen korkeakertoimista aurinkovoidetta tai suojaamalla ihonsiirrekohta vaatetuksella.

### Kivunhoito

Ihonsiirtoalueella voi olla lievää kipua. Varsinkin alkuun on hyvä nauttia kipulääkettä säännöllisesti noudattaen pakkauksessa olevia ohjeita.

### Muuta

Monipuolinen, terveellinen ravinto edistää toipumistanne. Teidän on hyvä noudattaa lääkärin/fysioterapeutin **ohjeita** liikkumisesta ja Teidän on hyvä **suojata ihonsiirre kylmällä ja tuulisella säällä** vaatetuksella ja perusvoiteella. Ihonsiirrekohta **hiertyy** helposti, joten teidän on hyvä suojata haava hankaukselta 2-3 kuukauden ajan.

### Ihonottokohdan hoito

Ihonottokohtaan jää **verestävä haavapinta**, joka paranee noin 10-14 vuorokaudessa. Haavapinnan päälle on leikkauksessa laitettu **silikoni-haavasidos**, joka estää siteiden tarttumisen haavaan. Ihonottokohta erittää leikkauksen jälkeen verta ja kudoksetta, ja eritteet imeytyvät haavasidokseen. Voitte vaihtaa päällimmäisiä siteitä varovasti, jos niihin on tullut eritteitä haavalta tai



siteet ovat likaantuneet. Teidän on hyvä suojata **suihkun ajaksi** ottokohdan siteet muovilla, joka kiinnitetään teipillä.

**Haavasidoksen poisto** Sidoksen poistopäivä \_\_\_\_/\_\_\_\_

**Teidän on helpompi poistaa sidos lämpimän suihkun avulla**, ja tämän jälkeen ei yleensä enää siteitä ihonottokohdan päällä tarvitse käyttää. Sidoksen poiston jälkeen teidän on hyvä **suihkuttaa ihonottoa päivittäin** ja **rasvata** perusvoiteella aamuin illoin, tai aina kun ottokohta on kuiva tai hilseilee. Ihonottokohdan uusiutunut iho on aluksi ohutta ja herkkää, ja sen väri on aluksi tummanpunainen, mutta iho vaalenee ajan myötä.

### Saunominen

Tulehdusriskin vuoksi voitte sauna ja uida vasta kun ihonotto-kohta on **täysin parantunut**. Teidän on hyvä aloittaa saunominen varoen, koska ihonottoa on arka sekä kuumalle että kylmälle.

### Auringonotto

Auringonottoa teidän on hyvä **välttää noin vuoden ajan**, kuten ihonsiirteekin kohdalla. Ihonottoa palaa herkästi. Sen jälkeen voitte oleskella auringossa käyttäen korkeakertoimista suojavoidetta tai suojaamalla ihonottokohdan vaatetuksella.

### Kivun hoito

Kipuun voitte käyttää särkylääkettä noudattaen pakkauksessa olevia ohjeita.

### Liikkuminen

Ihonottoa ei yleensä rajoita normaalia liikkumista.

### Ongelmatilanteissa

Mikäli teillä ilmenee joitain seuraavista oireista **leikkauksen jälkeen**, kuume, haava alkaa punoittamaan, erittämään tai haisemaan pahalle, **ottakaa tällöin yhteys teidät kotiuttaneeseen yksikköön tai akuuttiklinikalle**. Jos leikkauksesta on kulunut **useampia päiviä**, ottakaa tällöin **ensisijaisesti yhteys oman kunnan terveystieteeseen tai työterveyssholtoon**.

### Yhteystiedot

<b>Osasto 4B</b>	<b>040 149 1241</b>
<b>Osasto 3B</b>	<b>040 149 1238</b>
<b>LEIKO-osasto 2B</b>	<b>040 149 1257</b> (avoinna ma-pe klo 7-19)
<b>Akuuttiklinikka</b>	<b>040 149 1191</b>