



KYYNÄRPÄÄLEIKKAUS

Yleistä	Kyynärnivel muodostuu kahdesta sarana- ja yhdestä kiertonivelestä, joilla on yhteinen nivelontelo. Kyynärniveleen vaikuttavat kolme koukistaja- (flexor) ja yksi ojentajalihas (extensor). Lisäksi kyynärpäässä on vahvat nivelsiteet, jotka kiinnittyvät yläosastaan koukistajalisäkkeisiin (epicondyylit). Kyynärnivelen ohittaa neljä suurempaa hermoa, joista merkittävin kipujen kannalta on kyynärhermo (nervus ulnaris). Yleisimmät kyynärnivelen kiputilojen aiheuttajat ovat hermopinne (sdr sulcus ulnaris), olkaluun sivunastan tulehdus (epicondylitiitti), lihaksen kohonnut aitiopaine sekä nivelrikko / irtopalat.						
Kipu	Kivun hoitaminen leikkauksen jälkeen on tärkeää ja kipulääkettä on hyvä ottaa alkuun säännöllisesti , koska se edistää toipumistanne. Myös käden lievä kohoasento vähentää kipua ja turvotusta. Haavakipua voitte lievittää apteekista saatavilla, tai lääkärin määräämillä särkyläkkeillä , noudattaen pakkauksessa olevia ohjeita.						
Haavanhoito	Haavan saatte kastella 3 vrk:n kuluttua leikkauksesta. Lievää turvotusta ja mustelmia voi olla toimenpidealueella, kyynärpään täyhystyksen jälkeen jopa kaksi viikkoa. Saunassa ei saa käydä ennen kuin ompeleet on poistettu. Ompeleet poistetaan työterveysluollossa tai omassa terveyskeskuksessanne lääkärin antamana aikana.						
Kotiutus ja jatkohoito	Kevyttä liikuntaa voitte harrastaa vointinne mukaan. Kättä saatte liikutella kivun sallimissa rajoissa. Kivun ja turvotuksen ehkäisemiseksi pumpatkaa kättä nyrkkiin ja auki useita kertoja päivässä. Pitäkää kättä kohoasennossa levätessänne esimerkiksi tyynyillä tukien. Noudattakaa fysioterapeutin antamia ohjeita.						
Ongelmatilanteissa	Mikäli teillä ilmenee joitain seuraavista oireista leikkauksen jälkeen ; kuume, haava alkaa punoittamaan, erittämään tai kipeytyy, ottakaa tällöin yhteys teidät kotiuttaneeseen yksikköön tai akuuttiklinikalle. Jos leikkauksesta on kulunut useampia viikkoja , ottakaa tällöin ensisijaisesti yhteys oman kunnan terveyskeskukseen tai työterveysluoltoon.						
Yhteystiedot	<table><tr><td>Osasto 3B</td><td>040 149 1239</td></tr><tr><td>LEIKO-osasto 2B</td><td>040 149 1257 (avoinna ma-pe klo 7-19)</td></tr><tr><td>Akuuttiklinikka</td><td>040 149 1191</td></tr></table>	Osasto 3B	040 149 1239	LEIKO-osasto 2B	040 149 1257 (avoinna ma-pe klo 7-19)	Akuuttiklinikka	040 149 1191
Osasto 3B	040 149 1239						
LEIKO-osasto 2B	040 149 1257 (avoinna ma-pe klo 7-19)						
Akuuttiklinikka	040 149 1191						