



OHUTSUOLIAVANNE LEIKKAUS

Yleistä

Tämä opaste antaa perustiedot ja opastusta henkilölle, jolle on tehty ohutsuoliavanne. **Ohutsuoliavanne eli ileostooma on vatsanpeitteiden läpi iholle johdettu aukko, jonka kautta uloste poistuu.** Ohutsuoliavanneleikkauksia tehdään eri syistä, ja avanne voi olla tilapäinen tai lopullinen.

Kipu

Kivun hoitaminen leikkauksen jälkeen on **tärkeää** ja kipulääkettä on hyvä ottaa **alkuun säännöllisesti**, koska se edistää toipumistanne. Tähystysleikatuilla voi joskus olla vähäistä hartiakipua leikkauksessa käytetyn kaasun takia. Tästä johtuen vatsanne saattaa olla myös täyteliään tuntuinen (pömpö). Kivun kokeminen on yksilöllistä ja on tärkeää, että osastolla ollessanne kerrotte henkilökunnalle, mikäli tunnette kipua.

Avanteen ja haavanhoito

Avanteen **ulkonäköä, kokoa ja ympäröivän ihon kuntoa** on hyvä tarkkailla säännöllisesti. Leikkauksen jälkeen avanne on turvoksissa, mutta turvotus laskee noin kuukauden kuluttua leikkauksesta. Avanteen hoidossa on **tärkeää ihon puhtaudesta huolehtiminen**. Ihon puhdistamiseen käytetään pelkkää vettä, sillä saippua kuivattaa ihoa ja heikentää sen puolustuskykyä. Suihkussa käynti ilman sidosta on ihon hoidon kannalta tärkeää, eikä teidän tarvitse pelätä veden joutumista avanteeseen. Avanteen ympäryksen käsittely aiheuttaa helposti verenvuotoa suolen herkällä limakalvolla, mikä on hyvä huomioida aina avannetta hoitaessanne. Pesujen jälkeen avanteen ympärysiho on hyvä kuivata huolellisesti, pehmeästi taputtelemalla. Ihon hankaamista on vältettävä. Ihon punoittaessa ovat **ilmakylvyt** suositeltavia, mikäli ne suinkin avanteen jatkuvan toiminnan puolesta ovat mahdollisia toteuttaa.

Kuivan ihon hoidoksi soveltuu parhaiten hajustamaton ja iholle nopeasti imeytyvä voide. Mikäli avanteen ympärillä on paljon iho-
karvoja, on ne hyvä ajella säännöllisesti esimerkiksi kertakäyttöpartakoneella karvankasvun suuntaisesti. Näin sidos pysyy paremmin paikallaan ehkäisten ihovaurioiden syntymistä.

Leikkaushaavan saatte **kastella kolmantena päivänä leikkauksesta**, mutta jos **haavalle on vaihdettu vedenpitävä teippi**, voit te suihkuttaa haavaa kevyesti haalealla vedellä jo **vuorokauden kuluttua**. Haava teipit poistetaan **kolmantena päivänä** leikkauksesta. Saunassa ei saa käydä ennen kuin ompeleet on poistettu. Ompeleet poistetaan työterveyshuollossa tai omassa terveyskeskuksessanne lääkärin antamana aikana.

Avannesidos

Avanneleikkauksen jälkeen tarvitsette erilaisia välineitä avanteen hoitamiseksi. Sidostarpeet kehittyvät kaiken aikaa ja huomaamattomien ja turvallisten sidosten valikoima on laaja. Avannehoitajan



avustuksella löydätte teille sopivimmat hoito- ja apuvälineet. **Avanteen hoitoon tarvitsemanne apuvälineet saatte maksutta kotipaikkanne terveyskeskuksen hoitotarvikejakelusta**, jonne hoitaja ilmoittaa teidät asiakkaaksi.

Avannesidoksen käyttö

Avannesidos tulee vaihtaa niin usein, että ulostetta ei pääse valumaan sidoksen alle. Vaihtoväli yksiosaista sidosta käytettäessä on vähintään **joka toinen päivä**. Jos käytätte 2-osaista sidosta, laatta tulisi vaihtaa kahdesti viikossa ja pussi **vähintään joka toinen päivä**. Avannesidos irrotetaan varovasti yläreunasta alkaen ja toisella kädellä on hyvä tukea vatsaa sidosta irrotettaessa.

Saunassa voitte käydä joko sidoksen kanssa tai ilman. Sidoksen kanssa saunominen on suositeltavaa siinä mielessä, jos ulostetta erittyy avanteesta kaiken aikaa. Sidoksen kanssa saunoessa huomioikaa, että suolenpään ja pussin väliin jää ilmaa, ettei pussi kuumentessaan polta suolen herkkää limakalvoa. Uimahallissa teillä on oikeus käyttää uima-asua myös saunoessanne, kun olette kiinnittäneet siihen oikeuttavan merkin uima-asuunne. Merkkejä saa esim. uimahallin kassalta tai syöpäyhdistyksen toimistosta.

Kiinnittäkää uusi sidos **aina puhtaalle ja kuivalle iholle**. Tarkistakaa aukkokoko niin, ettei paljasta ihoa jää näkyviin avanteen ja sidoksen pohjalevyn väliin. Jos huomaatte, että ulostetta on päässyt hoitolaatan alle, niin vaihtakaa sidos **viivyttelämättä** puhtaaseen, tiiviiseen sidokseen. Markkinoilla on monenlaisia apuvälineitä, kuten pastarenkaita, vöitä yms. helpottamaan tiiviin sidoksen aikaansaamista.

Ruokavalio

Leikkauksen jälkeen voitte syödä samanlaista ruokaa kuin ennen leikkaustakin. Tärkeintä on, että syötte rauhallisesti useita pieniä aterioita päivässä ja pureskelette ruokanne huolella. Ruokailun säännöllisyys ja monipuolisuus auttavat suoltanne toimimaan säännöllisesti. Kokeilemalla erilaisia ruoka-aineita löydätte itsellenne juuri sopivimmat ruoka-aineet. Sidoksen pysyvyyden kannalta on tärkeää, että painonne pysyy suurin piirtein ennallaan leikkauksen jälkeen. **Ohutsuolierite on löysää, lähes ripulimaista**. Ulosteen mukana menetätte elimistöstä nesteitä ja niiden mukana myös suolaa. Suolan voitte korvata lisäämällä ruokasuolaa 1 teelusikka/vrk päivittäiseen ruokavalioon tai nauttimalla suolaisia välipaloja. Juokaa riittävästi nestettä aterioiden välillä (noin 2 litraa/vrk).

Kotiutus ja jatkohoito

Leikkauksen jälkeen voitte yleensä jatkaa entisiä harrastuksia vointinne ja kuntoutumisenne puitteissa. Pyydämme teitä **välttämään nostamista, kantamista ja äkillisiä ponnisteluja noin kuukauden ajan leikkauksen jälkeen** haavatyran ehkäisemiseksi.



Ohutsuoliavanne on harvoin esteenä paluulle entiseen työhön. Jos teillä on pysyvä avanne, on teillä on mahdollisuus **hakea Kelalta vammais- tai hoitotukea**. Hakemuksen saa Kelan paikallis-toimistosta ja voitte täyttää sen avannehoitajan kanssa yhdessä. Lisäksi tarvitsette lääkärintodistuksen (B-todistus). B-todistuksella voi hakea verotoimistosta myös veroprosentti alennusta.

Potilasyhdistys

Avanneleikattujen oma potilasyhdistys on FINNILCO ry. jolla on paikallisyhdistyksiä ympäri Suomea. Teitä lähinnä on Länsi-Lapin ILCO ry. Järjestö julkaisee samannimistä lehteä ja järjestää erilaista koulutus- ja virkistystoimintaa. Järjestöllä on myös sopeutumismenestyskursseja sekä potilaalle, että hänen läheiselleen. Maksamalla lehdestä liitteenä olevalla pankkisiirrolla jäsenmaksun kirjaudutte jäseneksi ja saatte lehden suoraan kotinne. Oman paikallisyhdistyksen toimintaan kannattaa osallistua, sillä erilaisissa tilaisuuksissa tapaatte muita avanneleikattuja ja voitte saada heiltä hyviä käytännön kokemukseen pohjautuvia ohjeita. Yhteisvoimin on myös helpompi ajaa eteenpäin avanneleikattujen asioita.

Ongelmatilanteissa

Mikäli teillä ilmenee joitain seuraavista oireista **leikkauksen jälkeen**; kuume, haava alkaa punoittamaan, erittämään tai kipeytyy tai huomaatte avanteenne ulkonäössä muutoksia **ottakaa tällöin yhteys teidät kotiuttaneeseen yksikköön, avannehoitajaan tai akuuttiklinikalle**. Jos leikkauksesta on kulunut **useampia viikkoja**, ottakaa tällöin **ensisijaisesti yhteys oman kunnan terveystieteiden keskuksen tai työterveyshuoltoon**.

Yhteystiedot

Osasto 4B puh. 040 149 1241

Avannehoitaja Jaana Ylimäinen puh. 040 170 2206 (ke ja pe)
(Jos jätät viestin, niin mainitse yhteystietosi)
e-mail: jaana.ylimainen@lpshp.fi

Avannepoliklinikka toimii keskiviikkoisin ja perjantaisin klo 8-15

Kirurgian pkl, puh. 040 149 1229
esim. ajanvaraukseen liittyvät asiat (ma-pe 9-13)

Akuuttiklinikka 040 149 1191

Länsi-pohjan Ilcon koulutettuina tukihenkilöinä toimivat:
Marita Juopperi 040 777 9852
Taisto Viita 0400 154 701