



SELKÄLEIKKAUS

- Yleistä** Teille on tehty selkäleikkaus, jossa hermojuuri on vapautettu avaamalla hermokanava ja poistettu välilevytyrä tai luupiikki tai hermojen puristus on vapautettu poistamalla nikaman takaosia.
- Kipu** Kivun hoitaminen leikkauksen jälkeen on **tärkeää** ja kipulääkettä on hyvä ottaa alkuun säännöllisesti, koska se edistää toipumistanne. Haavakipua voitte lievittää apteekista saatavilla, tai lääkärin määräämillä **särkylääkkeillä**, noudattaen pakkauksessa olevia ohjeita
- Haavanhoito** Leikkaushaavan saa **kastella kolmantena päivänä leikkauksesta**, aluksi on vältettävä haavanseudun hankaamista. Saunassa ei saa käydä ennen kuin ompeleet on poistettu. Ompeleet poistetaan työterveyshuollossa tai omassa terveyskeskuksessanne lääkärin antamana aikana.
- Kotiutus ja jatkoahoito** Päästyänne sairaalasta olette vielä toipilas, mutta tarkoitus on palata normaaliin elämään mahdollisimman pian. Kevyttä liikuntaa voitte harrastaa vointinne mukaan. Monipuolinen ja terveellinen ravinto edesauttaa kuntoutumista. Ylipainoa tulisi välttää, jotta selän kuormitus ei lisääntyisi. Selän rasittamista saa lisätä asteittain. Istua voitte lyhyitä aikoja jo sairaalassa ollessanne esim. ruokaillessanne. Nostamista, kantamista ja kumartamista sekä pitkiä automatkoja on vältettävä 3-4 viikkoa leikkauksesta. Selän kierto liikkeitä tulee myös välttää. Selkävoimistelua on jatkettava säännöllisesti fysioterapeutilta saamienne ohjeiden mukaan.
- Mahdolliset kontrolliajat saatte osastolta mukaan kotiutuessanne, tai ne lähetetään kotiin kirjeitse. Sairauslomaa teille kirjoitetaan työstä ja toipumisesta riippuen 1-3 kuukautta.
- Ongelmatilanteissa** Mikäli teillä ilmenee joitain seuraavista oireista **leikkauksen jälkeen**; kuume, haava alkaa punoittamaan, erittämään tai kipeytyy, **ottakaa tällöin yhteys teidät kotiuttaneeseen yksikköön tai akuuttipoliklinikalle**. Jos leikkauksesta on kulunut **useampia viikkoja**, ottakaa tällöin **ensisijaisesti yhteys oman kunnan terveyskeskukseen tai työterveyshuoltoon**.
- Yhteystiedot**
- | | |
|------------------------|--|
| Osasto 3B | 040 149 1239 |
| LEIKO-osasto 2B | 040 149 1257 (avoinna ma-pe klo 7-19) |
| Akuuttiklinikka | 040 149 1191 |