

SUONIKOHJULEIKKAUKSEN JÄLKIHOITO-OHJE

Leikkauksen jälkeen raajassa on jonkin aikaa mustelmia, kipeitä kyhmyjä sekä värjäytyneitä ja tunnottomia alueita. Ne kuuluvat leikkaustapahtumaan ja häviävät ajan myötä.

Leikkauksen jälkeen on heti pyrittävä kävelemään. Kävelyä tulee lisätä päivä päivältä, näin toipuminen leikkauksesta tapahtuu nopeammin. Pitkään istumista ja seisomista tulee välttää kolmen viikon ajan. Toipumisvaiheessa jalkoja on hyvä pitää kunnolla kohoasennossa paikallaan ollessanne.

Kimmoisaa tukisukkaa on pidettävä raajassa **viikon ajan yötä päivää**.

- 3 vrk leikkauksesta: Poistakaa sukat jalasta, poistakaa haavojen päällä olevat teipit/haavalaput, **suihkutelkaa** jalat ja haavat hyvin ja **peskää sukka** ohjeen mukaan. Suihkun jälkeen kuivatkaa haavat puhtaalla pyyhkeellä painellen. Pitäkää jalat koholla sukan kuivumisen ajan. Sukan kuivuttua vetäkää puhtas sukka takaisin jalkaan.
- 4 - 7 vrk leikkauksesta: Käyttäkää sukkaa edelleen yötä päivää, mutta **suihkutelkaa** jalat ja haavat hyvin päivittäin!

Jatkakaa sukan käyttämistä päiväsaikaan (viikon kuluttua leikkauksesta) 1-2 kk:n ajan tai niin pitkään kuin raajassa on turvotusta.

Saunaan ja kylpyyn saa mennä ompeleiden poiston jälkeen
Arpi ja mustelmainen iho on suojattava auringolta korkeasuojakertoimisella voiteella (kerroin > 30) puolen vuoden ajan tai niin kauan kuin ihossa on värimuutosta.

Älä harrasta hikiliikuntaa leikkauksen jälkeen ennen kuin haavat ovat täysin parantuneet

On syytä kääntyä lääkärin puoleen, jos

- haavassa on yllättävää kipua
- haava vuotaa edelleen verta
- haava turpoaa tai alkaa märkiä
- yli 38 asteen kuume kestää yli vuorokauden

Ompeleiden poisto _____ klo _____

Hoitava lääkäri: _____ puh: _____

HYVÄÄ TOIPILASAIKAA !