



**OPAS**

Leikkaukseen  
tulevalle



**ORTON**

Sinun hoitoosi erikoistunut



# Tervetuloa Ortoniin.

Tämä opas on hyvä lukea ennen hoitojakson alkua.

Orton on tuki- ja liikuntaelinsairauksien sekä kivunhoidon erikoisasiantuntija Suomessa. Vuosien kokemuksen ja laajan ammattitaidon myötä tarjoamme asiakkaalle parhaan mahdollisen hoidon ja kuntoutuksen.

Jos mieleesi herää kysymyksiä, joista haluat lisää tietoa tai joista haluat keskustella tarkemmin oman lääkärisi tai henkilökuntamme kanssa, älä epäröi kysyä.

Olemme täällä sinua varten.

Tervetuloa hyviin käsiin,  
Ortonin henkilökunta

# Sisältö

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| Ortonissa ennen leikkausta    | 4  |
| Kotona ennen leikkausta       | 5  |
| Leikkauspäivä                 | 7  |
| Osastolla leikkauksen jälkeen | 8  |
| Kotona                        | 10 |
| Miten saavun Ortoniin?        | 11 |

# Ortonissa ennen leikkausta

Leikkauuspäätös tehdään oireiston ja kuvantamislöydösten perusteella ortopedin vastaanotolla. Samalla kartoitetaan yleistä terveydentilaa ja selvitetään mahdolliset riskitekijät. Sairaanhoidtaja haastattelee ja kertoo leikkaukseen liittyvistä asioista joko leikkausta edeltävällä ohjauskäynnillä tai puhelimitse. Ota käynnille mukaan esitietolomake valmiiksi täytettynä, reseptit tai e-reseptien potilasohjeet omista lääkkeistä sekä viimeisimmät röntgenkuvat CD-levyllä. Tarvittaessa tapaat anestesia­lääkärin ja sisätautilääkärin vielä ennen leikkausta.

Lisäksi otetaan tarvittavat laboratoriokokeet ja tehdään tarvittavat röntgentutkimukset. Laboratoriokokeita varten ei tarvitse olla ravinnotta. Tarvittaessa tapaat fysioterapeutin joka kertoo kuntoutusohjelmasta ja -aikataulusta ohjauskäynnillä tai leikkauspäivän aamuna. Halutessasi voit tavata myös sairaalan sosiaalityöntekijän.

Saat vahvistuksen sovitusta leikkauksajasta sekä tarkat ohjeet leikkaukseen valmistautumisesta. Toivomme, että tutustut aineistoihin ja noudatat huolellisesti mm. yleiseen terveydentilaan liittyviä neuvoja.

Sovimme kanssasi ennakoon, saavutko vuodeosastolle leikkausta edeltävänä päivänä vai leikkauspäivänä. Päiväkirurgiseen toimenpiteeseen tulet saman päivän aamuna sovittuun aikaan.

# Kotona ennen leikkausta

## **Terveydentila ennen leikkausta**

Leikkaukseen valmistaudutaan huolellisesti, jotta riskitaso leikkauksessa pysyisi mahdollisimman pienenä. Perussairaudet, kuten sydän- ja verisuonisairaudet sekä diabetes tulee hoitaa hyvään tasapainoon ennen leikkausta. Ota hyvissä ajoin tarvittaessa yhteys hoitavaan lääkäriisi tai terveyskeskuslääkäriin.

Mahdolliset tulehdukset tulee hoitaa hyvissä ajoin ennen leikkausta. Mikä tahansa bakteerin aiheuttama tulehdustauti voi leikkauksen yhteydessä lisätä leikkausalueen infektioriskiä. Virtsa-tie-, hengitystie-, hammas- ja kynsivallintulehdukset, tulehtuneet ihottumat ja haavat voivat olla esteenä leikkaukselle. Ota tarvittaessa hyvissä ajoin yhteyttä Ortoniin.

Leikkaukseen tullessa ihon tulee olla ehjä. Ihosairauksien osalta kannattaa neuvotella leikkaavan lääkärin kanssa etukäteen. Taivealueille kehittyy herkästi ihottumia. Varpaiden välien, nivustaipoiden ja rintojen alusten hautumat, haavaumat tai ihotulehdukset tulee hoitaa ennen leikkausta. Mikäli et pysty tarkistamaan ja hoitamaan jalkoja itse, suosittelemme käymään jalkahoidossa noin kuukausi ennen leikkausta. Vältä ihon raapi-mista, hankaamista ja ioharvojen poistamista.

## **Ravinto ja nautintoaineet**

Monipuolinen ravinto (proteiinit, vitamiinit ja kivennäisaineet) sekä riittävä nesteen saanti edistävät haavojen paranemista ja kudosten vastustuskykyä infektioille. Omega-3 -rasvahappoja tai kalaöljyvalmisteita ei tule käyttää 1 kk ennen leikkausta, sillä ne saattavat lisätä verenvuodon riskiä leikkauksessa ja sen jälkeen.

Tupakointi heikentää verenkiertoa leikkausalueella, jolloin luutuminen voi hidastua ja leikkausalueen infektioriski kasvaa. Tupakka ja

muut nikotiinivalmisteet on suositeltavaa lopettaa riittävän ajoissa.

Runsas, jatkuva alkoholin käyttö vaatii asianmukaista hoitoa hyvissä ajoin ennen suunniteltua leikkausta. Alkoholin nauttiminen on kielletty 24 tuntia ennen ja jälkeen toimenpiteen, sillä yhteisvaikutus annettujen lääkkeiden kanssa voi olla vaarallinen. Toipumisaikana runsas alkoholinkäyttö voi vaarantaa leikkaustuloksen.

## **Muita ohjeita**

Ota mukaan sairaalaan päivittäin käyttämäsi lääkkeet alkuperäispakkauksissa, reseptit tai e-reseptien potilasohjeet.

Peseydy huolellisesti leikkausta edeltävänä iltana, pese myös hiukset. Pesun tarkoituksena on vähentää ihon bakteerimäärää. Käytä peseytymisen jälkeen puhdasta pyyhettä. Vaihda vuodevaatteet ja yöasu puhtaisiin. Poista kynsilakka ennen leikkausta. Käy suihkussa myös leikkauspäivän aamuna, älä pese hiuksia.

Leikkausta edeltävänä päivänä voi syödä normaalisti, mutta leikkauksen aikana mahalaukun on oltava tyhjä.

Vaikka anestesianuotona olisi selkäpuudutus, voidaan joskus joutua yleisanestesiaan kesken toimenpiteen. Tässä yhteydessä mahalaukun sisältö voi joutua hengitysteihin ja aiheuttaa vakavan keuhkokuumeen.

Ravinnotta vähintään 6 tuntia ennen leikkausta. Saat tarkemmat ohjeet ravinnosta olostasairaanhoidajalta.

Voit juoda pienen määrän, korkeintaan 2 dl vettä, teetä, kahvia mustana (ei sokeria tai makeutusainetta) tai mehua ilman hedelmälihaa n. 2 tuntia ennen sairaalaan tuloa. Yllä olevan ohjeen noudattamatta jättäminen on este leikkaukselle ja siirtää toimenpidettä toiseen ajankohtaan. Noudata ehdottomasti!

# Leikkauspäivä

**Saapuminen sairaalaan** \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_ **klo** \_\_\_\_\_

Tule leikkauspäivänä suoraan osastolle. Hoitaja ottaa sinut vastaan, esittelee osaston sekä auttaa leikkausvalmisteluissa. Noin tuntia ennen saat anestesia­lääkärin sinulle määräämän esilääkityksen.

Osaston henkilökunnan kanssa voit keskustella kaikista hoitoon, sairaalan käytäntöihin, kotiutukseen ja jatkohoitoon liittyvistä asioista.





# Osastolla leikkauksen jälkeen

Leikkauksen jälkeen kipu on voimakkuudeltaan hyvin vaihtelevaa. Jotta toipuminen ja liikkeellelähtö tapahtuisivat suunnitellusti, tarvitaan säännöllistä ja riittävää kipulääkitystä.

Kipu on hyvin yksilöllistä. Kerro rohkeasti tuntemuksistasi ja mahdollisesta kipulääkkeen lisätarpeesta. Kivun voimakkuutta voidaan ilmaista kipumittarilla, jolloin itse arvioit kipua asteikolla 0–10 (0 = ei kipuja ja 10 = pahin kuviteltavissa oleva kipu). Tavoitteena on, ettei kivun voimakkuus nousisi levossa yli 3.



Sairaanhoitaja tai fysioterapeutti avustaa sinut jalkeille lääkärin ohjeen mukaan, tavallisesti jo toimenpidepäivänä.

Liikkuminen vilkastuttaa verenkiertoa ja edistää toipumista. Tarvittaessa liikkumista ja apuvälineiden käyttöä harjoitellaan avustettuna. Henkilökuntamme neuvoo sinulle tehtyyn leikkaukseen liittyvät liike- ja asentohoito-ohjeet. Turvotuksen ehkäisy ja hoidon ohjaamme osastolla.



Osastolla seurataan leikkaushaavaa. Yleensä haavasidos vaihdetaan vasta kotiinlähtöpäivänä. Hakaset tai ompeleet, joilla leikkaushaava on suljettu, poistetaan kahden viikon kuluttua leikkauksesta.

Osastolla valmistaudutaan kotiin lähtöön hyvissä ajoin. Henkilökuntamme käy kanssasi läpi hoito-ohjeet sekä toipumiseen ja jälkitarkastukseen liittyvät aikataulut.

Mikäli epäröit selviytymistäsi kotioloissa, keskustele siitä sairaanhoitajan tai lääkärin kanssa. Autamme sinua selvittämään erilaisia tukitoimia, joilla varmistetaan turvallinen toipuminen. Lisäksi saat tarvittavat reseptit sähköisinä – tarpeen mukaan myös erilaiset lähetteet ja seuranta-ajat.



Jos sinulla on kotiuduttuasi kysyttävää hoitoon liittyvistä asioista, ota yhteys osastolle. Sairaanhoitaja neuvoo mielellään ja välittää tarvittaessa kysymyksesi lääkärille. Kiireellisissä tilanteissa ota suoraan yhteys kotikuntasi sairaanhoidon päivystykseen.

# Kotona

Kotona on tärkeää noudattaa annettuja haavanhoito-ohjeita. Ompeleet ja hakaset, joilla leikkaushaava on suljettu, poistetaan yleensä kahden viikon kuluttua leikkauksesta.

Mikäli sinulle tulee kysyttävää, ota yhteys osastolle 4, puh. 040 630 8550

## Omat muistiinpanot

---

---

---

---

---

---

---

---

---

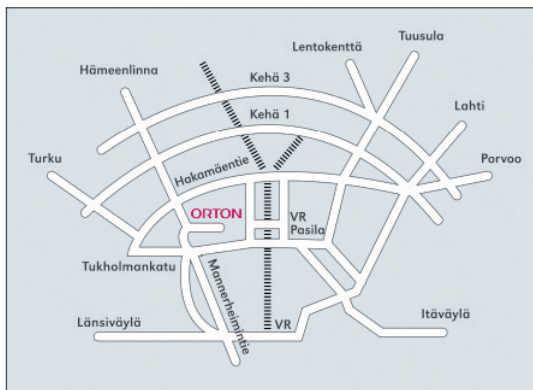
---

# Miten saavun Ortoniin?

## Orton Oy

Tenholantie 10,  
00280 Helsinki

Orton sijaitsee Ruskeasuolla, n. 5 km Helsingin keskustasta. Sairaalamme sijaitsee hyvien kulkuyhteyksien varrella. Katso [www.hsl.fi](http://www.hsl.fi) tai Reittiopas.



## Pysäköinti

Ortonin pihalla on rajoitetusti maksullisia parkkipaikkoja lyhytaikaiseen paikoitukseen. Ruskeasuon kadunvarsi-pysäköintiin tarvitaan pysäköintikiekko (4 t).

## Seuraa meitä somessa:

Facebook  
[www.facebook.com/laakariasemaorton](https://www.facebook.com/laakariasemaorton)

Instagram  
[@orton\\_sairaala](https://www.instagram.com/orton_sairaala)



# ORTON

Sinun hoitoosi erikoistunut

09/2023

[www.orton.fi](http://www.orton.fi)