



Olkapään kiertäjäkalvosimen repeämä

Tämä ohje on tarkoitettu tulostettavaksi. Ohje sisältää täytettäviä kohtia.

Olkaniiveltä ympäröi usean lihaksen jänteistä muodostunut kiertäjäkalvosin eli rotator cuff. Kiertäjäkalvosimeen voi tulla repeämä kaaduttaessa loitonnetun käden varaan tai äkillisen nykäisevän rasituksen kohdistuessa olkapäähän. Kiertäjäkalvosimen osittaiset revähtymät voivat parantua oireettomiksi viikkojen-kuukausien kuluessa. Kiertäjäkalvosimen täydelliset repeämät useimmiten vaativat korjausleikkauksen.

Toimenpide

Toimenpide tehdään puudutuksessa ja/tai nukutuksessa täyhystysleikkauksena. Leikkauksessa jänteen repeämä korjataan ompelemalla. Tarvittaessa leikkausta jatketaan avoimesti isommasta haavasta.

Kuntoutus

Leikkauksen jälkihoito riippuu jänneaurion ommelsauman kireydestä. Pienissä jänneaurioissa riittää kantoside 4–6 viikon ajan. Suuremmissa repeämissä olkapäätä tuetaan vaurion laajuuden mukaan. Olkapään lopullinen kuntoutuminen tapahtuu kuukausien kuluessa leikkauksesta. Sormien, ranteen ja kyynärnivelen aktiiviset liikkeet aloitetaan heti leikkauksen jälkeen.

Haavanhoito

Suihkuun saat mennä vuorokauden kuluttua

- A. poista taitokset ja siteet haavalta, laita uusi sidos haavalle suihkun jälkeen.
- B. jos sinulla on kipupumppu, leikkausalue on pidettävä kuivana. Kipupumpun poiston jälkeisenä päivänä (3 vuorokautta leikkauksesta) saat kastella myös leikkausalueen. Sidokset poistetaan ennen suihkuun menoa. Jos olkapää on tuettu tiettyyn asentoon, kättä ei saa laskea pesujenkaan aikana alas, vaan se tulee olla tuettuna esimerkiksi muoveilla suojattujen tyynyjen avulla.

Ompeleet poistetaan 10–14 vuorokauden kuluttua leikkauksesta terveyskeskuksessa, työterveyshuollossa tai neuvolassa (____/____). Saunaan voi mennä vuorokauden kuluttua ompeleiden poistosta. Oikea käden asento tulee huomioida.



Kivunhoito

Olkapään puudutus leikkausta varten on osa kivunhoitoa ja kestää useita tunteja, jopa iltaan asti. Leikkauksen lopussa voidaan laittaa olkapäähän ohut letku, johon yhdistetään puudutepumppu.

Lisäksi on hyvä ottaa säännöllisesti kipulääkettä 1–4 vuorokauden ajan ja sen jälkeen tarvittaessa:

Parasetamoli

Tulehduskipulääke

Vahva kipulääke

Muut lääkkeet

Olkapää voi olla turvoksissa leikkauksen jälkeen. Kylmäpakkaukset ja kipulääkitys vähentävät turvotusta ja kipua edistämällä toipumista.

Jälkitarkastus lääkärillä on 4–6 viikon kuluttua leikkauksesta.

Työhön paluu

Erikoissairaanhoidosta kirjoitetaan toimenpiteen jälkeen kuuden viikon sairauspoissaolo. Lähetä työterveyshuoltoon työkyvyn arviointia ja työhön paluun tukitoimia varten laaditaan erikoissairaanhoidosta leikkauuspäivämäärän varmistuessa. Oma työterveyshuoltosi on sinuun yhteydessä toimenpiteen jälkeen ja huolehtii työkyvyn arvioinnista suhteessa työtehtäviisi, varmistaen oikea-aikaisen työhön paluun kanssasi.

Yhteydenotot

Tulehdusoireiden (yltyvä kipu, voimakas turvotus, kuumotus, punoitus, jatkuva haavaeritys) tai muun ongelman ilmaantuessa tulee ottaa yhteys terveystieteiden keskuksen tai hoitavaan yksikköön:

Päiväkirurginen yksikkö arkisin kello 07.00–15.00, puhelin 06 213 1552

Oma terveystieteiden keskus tai työterveyshuolto

Sairaanhoidon puhelinneuvonta maanantaista torstaihin kello 15.00–08.00, perjantaisin kello 14.00–08.00 sekä vuorokauden ympäri viikonloppuisin ja arkipyhisin, puhelin 116 117



Pohjanmaan hyvinvointialue • www.pohjanmaanhyvinvointi.fi • Vaihde 06 218 1111

Tämä ohje on tarkoitettu hoitosuhteessa oleville potilaillemme.