



## Olkapään sijoiltaanmenon leikkaushoito

Tämä ohje on tarkoitettu tulostettavaksi. Ohje sisältää täytettäviä kohtia.

Olkanel on ihmisen liikkuvim nivel ja paikallaan pysymisen varmistamiseksi sitä tukee monimutkainen nivelside- ja nivelkapselirakenne. Olkapään sijoiltaanmenon yhteydessä tämä tukirakenne vaurioituu altistaen toistuvalla olkapään sijoiltaanmenolle. Sen lisäksi oireena saattaa esiintyä olkanivelen pettämisoireita, jolloin yläraaja valahtaa äkillisesti veltoksi olkanivelen käydessä osittain sijoiltaan.

### Toimenpide

Korjausleikkaus tehdään puudutuksessa ja/tai nukutuksessa pääsääntöisesti täyhystyskirurgisena toimenpiteenä pienten pistoreikien kautta. Vaurioituneet tukirakenteet kiinnitetään paikoilleen niin sanottuja lanka-ankkureita käyttäen.

### Kuntoutus

Leikattua kättä pidetään vartalosidoksella tuettuna 3 viikkoa, jolloin olkanivel on tuettuna sisäkiertoon. Sormien, ranteen ja kyynärnivelen aktiiviset liikkeet aloitetaan heti leikkauksen jälkeen, kuitenkin siten, että käsi pysyy sisäkierrrossa. Kantosidettä voit pitää liikeharjoitteiden väliaikana kuuteen viikkoon saakka kivun hoitona.

### 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.

Ompeleet poistetaan 7–12 vuorokauden kuluttua terveystieteidenkeskuksessa, työterveyshuollossa tai neuvolassa (\_\_\_\_/\_\_\_\_). Saunaan voi mennä vuorokauden kuluttua ompeleiden poistosta.



## Kivunhoito

Olkapään puudutus 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 3–4 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 edistäen toipumista.

Jälkitarkastus lääkärillä on noin kuuden viikon kuluttua ja tarpeen mukaan jatkossa.

## Työhön paluu

Erikoissairaanhoidosta kirjoitetaan toimenpiteen jälkeen kuuden viikon sairauspoissaolo. Lähetä työterveyshuoltoon työkyvyn arviointia ja työhön paluun tukitoimia varten laaditaan erikoissairaanhoidosta leikkauspäivämäärän 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 terveyskeskukseen tai hoitavaan yksikköön:

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

Oma terveyskeskus 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](http://www.pohjanmaanhyvinvointi.fi) • Vaihde 06 218 1111

Tämä ohje on tarkoitettu hoitosuhteessa oleville potilaillemme.