

Valmistautuminen leikkaukseen:

Näin suojaat potilaitasi leikkausalueen infektioilta



Mikä on leikkausalueen infektio?

Bakteereja on kaikkialla. Itse asiassa kehoissamme asuu noin 100 miljardia “ystävällistä” bakteeria, jotka ovat meille elintärkeitä. Valitettavasti toiset bakteerit voivat olla haitallisia ja aiheuttaa infektion. Leikkausalueen infektio ilmenee, kun nämä haitalliset bakteerit pääsevät elimistöön ihoosi leikkauksen varten tehdyn viillon kautta.



Mitkä ovat leikkausalueen infektion oireet?

Infektion oireita ovat punoitus, turvotus ja kipu leikkausalueen ympärillä ja/tai vuoto (märkä) leikkaushaavasta. Tätä voi ilmetä milloin tahansa: alkaen 2–3 päivän kuluttua leikkauksesta siihen saakka, kunnes haava on täysin parantunut (tavallisesti 2–3 viikkoa leikkauksesta).



Miten voin estää leikkausalueen infektion?

Onneksi leikkausalueen infektiot ovat harvinaisia ja useimmat vaikuttavat ainoastaan ihoon, mutta jotkut infektiot voivat hoitamattomina levitä syvempiin kudoksiin. Lääkärit ja hoitajat on koulutettu varmistamaan, että infektion riski on pieni, mutta on kuitenkin muutama asia, joilla voit potilaana auttaa infektion ennaltaehkäisyssä.



Ennen leikkausta

1 Jaa lääketieteellinen historiasi



Ennen leikkausta lääkäri tai hoitaja kysyy sinulta lääketieteellisestä historiastasi. Tiedot auttavat leikkaustiimiä räätälöimään hoitosi turvallisen leikkauksen ja hyvän paranemisen varmistamiseksi. Kerro lääkärille tai hoitajalle jos:

- ▶ sinulla on diabetes
- ▶ tupakoit
- ▶ otat steroideja
- ▶ olet ollut sairaalassa pitkään ennen leikkausta
- ▶ olet saanut verensiirron ennen leikkausta
- ▶ sinulla on aikaisemmin todettu resistenttejä bakteereja

2 Lopeta tupakointi mahdollisimman pian



Tupakoijat ovat taipuvaisempia saamaan infektoita ja muita leikkaukseen liittyviä komplikaatioita. Mitä aikaisemmin lopetat tupakoinnin, sitä paremmat ovat paranemismahdollisuutesi. Ihanteellista olisi, jos lopetat tupakoinnin vähintään neljä viikkoa ennen leikkausta.

Ellet pysty lopettamaan tupakointia heti, lopeta se viimeistään 48 tuntia ennen leikkausta. Pyri olemaan polttamatta mahdollisimman pitkään leikkauksen jälkeen paranemisen edistämiseksi. Pyydä apua, jos tarvitset apua lopettamiseen, edes väliaikaiseen.

3 Tee myönteisiä muutoksia elämääsi



Leikkaus rasittaa elimistöä. Leikkauksen jälkeen immuunijärjestelmäsi tekee ylitöitä edistääkseen leikkaushaavan paranemista ja torjuakseen infektoita. Voit tehostaa immuunijärjestelmäsi valmistelemalla elimistösi fyysisesti:

- ▶ Noudata tasapainoista ruokavaliota ja valitse paljon vitamiineja, kivennäisaineita ja proteiineja sisältäviä aineksia
- ▶ Liiku säännöllisesti energian lisäämiseksi ja voimien ylläpitämiseksi
- ▶ Vältä liiallista alkoholin käyttöä. Jo kohtuullinen määrä alkoholia voi heikentää immuunijärjestelmää ja hidastaa paranemista

Kerro lääkärillesi, jos käytät aspiriinia tai aspiriinin kaltaisia lääkkeitä, koska ne voivat hidastaa leikkaushaavan paranemista.

4 Älä poista karvoja



Voit tuntea houkutusta ajaa, vahata, epiloida tai käyttää karvanpoistovoiteita leikkausalueella ennen leikkausta, mutta älä tee niin! Karvojen poisto voi vahingoittaa ihoa ennen leikkausta, ja heikentää näin elimistön puolustusta bakteereja vastaan. Jos leikkauskohta on alueella, jolta poistat karvoja säännöllisesti, lopeta karvanpoisto vähintään viisi päivää ennen leikkausta. Näin pienillä viilloilla ja ihovaurioilla on aikaa parantua.

On mahdollista, että karvoja on poistettava ennen leikkausta, jotta lääkäri näkee koko leikkausalueen. Jos se on tarpeen, hoitaja leikkaa karvat leikkauspäivänä erityisellä lääketieteelliseen käyttöön tarkoitetulla sähköisellä karvanleikkurilla.



Leikkauspäivänä

5 Käy suihkussa tai kylvyssä leikkauspäivänä



Peseydy tavallisella saippualla leikkausta edeltävänä iltana tai leikkauspäivän aamuna. Lääkäri saattaa kehottaa sinua käyttämään antiseptistä saippuaa tavallisen sijaan.

Pysy pesun jälkeen vuoteessa ja pidä itsesi lämpimänä.

6 Pidä itsesi lämpimänä



Potilaat, jotka on pidetty lämpimänä ennen leikkausta, sen aikana ja sen jälkeen, vastustavat paremmin infektoita kuin potilaat, jotka ovat kylmiä. Voit auttaa seuraavasti:

- ▶ Tuo ylimääräisiä vaatteita, kuten tossut, kylpytakin, liivin ja muuta lämmintä vaatetta
- ▶ Pyydä lisäpeitteitä, jotta pysyt lämpimänä matkalla leikkaussaliin
- ▶ Vältäaksesi tarpeettoman kylmenemisen ennen leikkausta, käytä samaasi avopaitaa mahdollisimman lähelle leikkausta
- ▶ Kerro hoitohenkilökunnalle, jos sinulla on kylmä

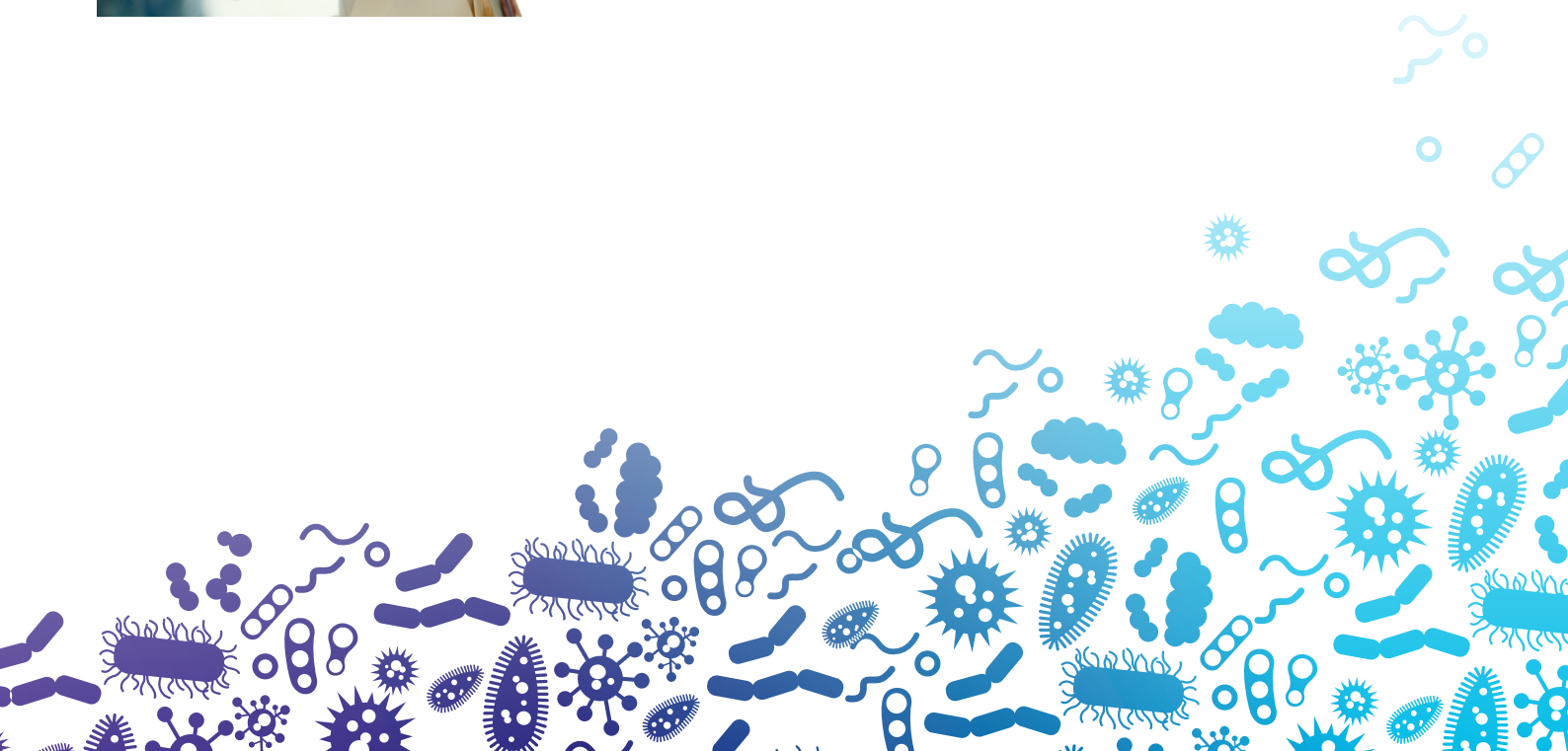
Hoitohenkilökunta saattaa antaa sinulle lämmittävän lämpöpuvun, joka puhalttaa lämmintä ilmaa ihollesi lämpötilasi nostamiseksi.

7 Huolehdi käsiesi puhtaudesta



Käsien puhtaudesta huolehtiminen voi pysäyttää haitalliset infektoita aiheuttavat bakteerit. Kannusta ihmisiä varmistamaan, että heidän kätensä ovat puhtaat.

- ▶ Perheen ja ystävien tulisi pestä kätensä vedellä ja saippualla tai alkoholipohjaisella käsihuuhteella ennen vierailua ja sen jälkeen. Jos et näe heidän pesevän käsiään, pyydä heitä tekemään niin
- ▶ Varmista, että hoitohenkilökunta pesee kätensä vedellä ja saippualla tai alkoholipohjaisella käsihuuhteella ennen kuin tutkii sinut



Leikkauksen jälkeen

8 Huolehdi haavasta



Haavaside tulisi jättää paikoilleen 48 tunniksi leikkauksen jälkeen ellei haava ala vuotaa. Jos näin käy, pyydä apua siteen vaihtamiseen. Varmista, että kaikki (sinä mukaan lukien) puhdistavat kätensä ennen haavaan koskemista.

Kylpemistä, saunomista tai uimista ei yleensä suositella kahteen viikkoon leikkauksen jälkeen. Kysy lääkäriltäsi milloin haavan on turvallista tulla kosketuksiin veden kanssa.

9 Tunne leikkausalueen infektion oireet ja kerro niistä



Ennen kuin lähdet kotiin varmista, että tiedät kenelle voit soittaa, jos sinulla on kysyttävää tai ongelmia kotiin tultuasi. Tarkkaile seuraavia oireita:

- ▶ haavaa ympäröivä iho punoittaa, turpoaa, on kuuma tai kivulias
- ▶ haavasta vuotaa vihertävää tai kellertävää eritettä (märkää)
- ▶ sinulla on huono tai kuumeinen olo tai sinulla on yli 38 °C kuume

Jos sinulla on infektion oireita, soita välittömästi lääkärille.

