

Plastiikkakirurgian poliklinikka

Potilasohje Eksote

YLÄVARTALON JA – RAAJAN IHONSIIRTOLEIKKAUKSEN JÄLKEINEN HOITO

Ihonsiirre saa verenkiertonsa alla olevasta haavapinnasta noin kahdessa vuorokaudessa ja kiinnittyy haavapintaan noin viidessä vuorokaudessa. Tämän vuoksi on erittäin tärkeää, että ihonsiirre pysyy paikoillaan niin, ettei leikattu alue pääse liikkumaan ja siihen kohdistu räsytystä viiden ensimmäisen vuorokauden aikana

TARKOITUS

Ihonsiirrealue pidetään koholla ja liikkumattomana ja se tuetaan haava- ja kierresidoksin, jotta verta ei tihkuisi haavasiirteen alle ja ihonsiirre pysyisi paikoillaan. Näin halutaan ehkäistä myös leikatun alueen turvotuksia.

RAJOITUKSET

- | | |
|--------------------|--|
| Ruokailu | Riittävä proteiinin saanti ruokavaliossa, edesauttaa haavojen paranemista. |
| Läkkeet | Ei rajoituksia. |
| Kulkeminen | Autolla voitte ajaa, kun vointinne on palautunut normaaliksi. |
| Liikkuminen | Ihonsiirrealue pidetään koholla ja liikkumattomana ja se tuetaan haava- ja kierresidoksin, jotta verta ei tihkuisi haavasiirteen alle ja ihonsiirre pysyisi paikoillaan turvotuksen ehkäisemiseksi. Liikkuminen ja leikkausalueen liikuttaminen määräytyy yksilöllisesti. |
| Elintavat | Saunominen ja uiminen on mahdollista, kun ihonsiirre on täysin parantunut. Kuumien löylyjen ottoa tulee välttää useiden viikkojen ajan, koska ihonsiirre ei hikoile samalla tavalla kuin terve iho. Tupakoinnin on todettu hidastavan haavan paranemista ja rumentavan arpien ulkonäköä. |

KOTIHOITO-OHJEET

Liikkuminen ja tukisidokset

Vuoteessa ollessanne ihonsiirtoalueelle ei saa kohdistua kohtisuoraa painetta ja venyttämistä parin ensimmäisen viikon aikana. Noin viikon kuluttua leikkauksesta lähes kaikki rauhalliset liikkeet ovat sallittuja. Saatte istua vapaasti ja rauhallinen käveleminen on hyväksi. Vuoteessa ollessanne ja istuessanne pitääkö yläraaja koholla tyynyjen päällä niin kauan kuin raajassa on turvotusta. Liikkeellä ollessanne pitääkö kättä sydämen tason yläpuolella sillä yläraajaa ei saa laskea eli "roikottaa" alaspäin kahden leikkauksen jälkeisen viikon aikana. Liike- ja liikkumisohjeet saatte fysioterapeutilta ennen kotiin lähtöänne.

Haavanhoito

Haava paranee ihonsiirtoleikkauksen jälkeen noin 2 - 3 viikossa. Haavan parantuessa ihonsiirre on ensimmäisten viikkojen aikana punertava ja muuttuu helposti tummanpunaiseksi rasituksessa - etenkin siirteen ollessa ylä- tai alaraajassa. Ihonsiirtoalue vaalenee ja tasoittuu vähitellen. Noin kolmen kuukauden kuluttua se on jo vaalentunut lähes ympäröivän ihon väriseksi. Ihonsiirtokohta saattaa jäädä jonkin verran matalammaksi kuin leikkaamaton ympäröivä iho.

Ihonsiirteen hoito

Huolehtikaa hyvästä käsihygieniasta haavan hoidossa ja käytetään saksia sidosten irrottamiseen. Ihonsiirteen ollessa selkäpuolella, tarvitsette aina toisen henkilön avustamaan haavan-hoidossa kunnes haava on parantunut.

Sidokset tulee poistaa varoen ihonsiirteen päältä muovipussiin. Mikäli alimmaisat sidokset ovat tarttuneet kiinni ihonsiirteeseen, suihkuttakaa kädenlämpöistä vettä kevyellä paineella sidokseen.

Puhdasta ihonsiirrettä ei tarvitse puhdistaa joka päivä, mikäli haava ei ole erittänyt sidosten läpi. Pesun jälkeen ihonsiirre kuivataan kevyesti taputtelemalla puhtaalla pyyhkeellä tai harsosidoksella. Haavasidokset tulee sitoa sallittujen liikeratojen helpottamiseksi.

Ihonsiirrealueen hoito ja sidokset

Haavaerityksen loputtua pesun jälkeen hoidoksi riittää säännöllinen rasvaus kevyellä, kosteuttavalla perusvoiteella tai ihoöljyllä. Rasvauksen jälkeen siirteen voi jättää ilman sidoksia. Ensimmäisinä viikkoina ihonsiirre ja hankautuva alue kannattaa suojata pehmeällä haavatyynyllä. Ihonsiirre kestää hieman hankausta vasta noin 2-3 kuukauden kuluttua leikkauksesta. Ihonsiirteeseen saattaa jäädä pieniä, hitaasti paranevia alueita. Hoidoksi riittää pesu ja avonaisten kohtien suojaus haavaan tarttumattomalla sidoksella.

Jos ihonsiirre alkaa kiristää ja ihoon tulee arpikiristystä rasvauksesta ja liikeharjoituksista huolimatta, arvioi lääkäri poliklinikakäynnin yhteydessä jatkohoidon tarpeellisuuden.

MUUTA HUOMIOITAVAA

Ihonsiirre on herkkä lämpötilan vaihteluille ja auringonvalolle ensimmäisten viikkojen ja kuukausien aikana. Suojatkaa ihonsiirrealue kohtisuoralta auringolta vaaleilla vaatteilla sekä aurinkovoiteilla. Paras suoja kylmyyttä ja viimaa vastaan on lämmin vaatetus.

Ottakaa yhteyttä hoitavaan yksikköön, jos ihonsiirre tai sen ympäristö:

- on kuumottava, turvonnut, kipu on lisääntynyt ja teillä on lämmön nousua
- haava alkaa erittää pahanhajuista, märkäisen näköistä eritettä.