

ALARAAJAN IHONSIIRRELEIKKAUKSEN HOITO-OHJE

Ihonsiirre saa verenkiertonsa alla olevasta haavapinnasta noin kahdessa vuorokaudessa ja kiinnittyy haavapintaan noin viidessä vuorokaudessa. Tämän vuoksi on tärkeää, että ihonsiirre pysyy paikoillaan. Leikattu alue ei saa päästä liikkumaan eikä siihen tule kohdistaa rasitusta 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 ehkäistään myös leikatun alueen turvotusta.

Liikkuminen ja leikkausalueen liikuttaminen määräytyy sen mukaisesti, missä kehon osassa ihonsiirre sijaitsee ja kuinka suuri leikattu alue on. Leikannut kirurgi antaa teille tarkat jatkohoito-ohjeet. Sairaanhoidtajanne ja tarvittaessa fysioterapeutti ohjaavat teitä toiminnoissa, joissa tarvitsette apua kotioloissa.

RAJOITUKSET

Ruokailu Riittävä proteiinin saanti ruokavaliossa edesauttaa haavojen paranemista.

Lääkkeet Ei rajoituksia.

Kulkeminen Autolla voitte ajaa, kun jalan toiminta on palautunut normaaliksi.

Liikkuminen Pitäkää alaraajat koholla vuoteessa ollessanne ja istuessanne niin kauan kuin jalkaterässä tai sääressä esiintyy turvotusta. Säären ja jalkaterän ihonsiirteissä tukisidosta tulee käyttää niin kauan kuin jalat turpoavat istuessa ja liikkuessa, joka tapauksessa ainakin noin kuukauden ajan. Elastinen kierretukisidos sidotaan ihonsiirreraja-alueeseen ennen liikkeelle lähtöä.

Ihonsiirteen ollessa alaraajassa, fysioterapeutti ohjaa teitä liikkumaan sauvojen tai kävelytelineen avulla, jotta pystyisitte liikkumaan kotona vähitellen samalla tavoin kuin ennen leikkausta. Kävelysauvojen tarkoituksena on estää leikatun jalan rasittuminen ja kuormittuminen täydellä kehon painolla. Raajaa saa yleensä rasittaa täydellä painolla noin 2-3 viikon kuluttua.

Elintavat

Tupakoinnin on todettu hidastavan haavan paranemista ja rumentavan arprien ulkonäköä.

KOTIHOITO-OHJEET

Haavanhoito

Haava paranee ihonsiirtoleikkauksen jälkeen noin 2-3 viikossa. Haavan parantuessa ihonsiirre on ensimmäisten viikkojen aikana punertava ja muuttuu helposti tummanpunaiseksi rasituksessa. Ihonsiirtoalue vaalenee ja tasoittuu vähitellen. Noin kolmen kuukauden kuluttua se on jo lähes ympäröivän ihon värinen, mutta saattaa jäädä jonkin verran matalammaksi kuin ympäröivä iho.

Ihonsiirrealueen hoito ja sidokset

Ihonsiirrettä ei tarvitse huuhdella joka päivä, mikäli haava ei ole erittänyt sidosten läpi.

Haavan hoidossa tulee huolehtia hyvästä käsihygieniasta. Käyttäkää saksia sidosten irrottamiseen. Sidokset tulee poistaa varovasti ihonsiirteestä päältä muovipussiin. Ihonsiirteeseen kiinni tarttuneet sidokset irrotetaan suihkuttamalla varovasti vettä sidokseen, kunnes sidos irtoaa ihonsiirteestä. Ihonsiirre huuhdellaan varovasti kädenlämpoisellä vedellä.

Pesun jälkeen ihonsiirre kuivataan kevyesti taputtelemalla puhtaalla pyyhkeellä tai harsosidoksella. Saunominen ja uinti ovat sallittuja, kun ihonsiirre on täysin parantunut. Kuumien löylyjen ottoa tulee välttää useita viikkoja, koska ihonsiirre ei hikoile samalla tavalla kuin terve iho.

Haavaerityksen loputtua pesun jälkeiseksi hoidoksi riittää rasvaus kevyellä, kosteuttavalla perusvoiteella tai ihoöljyllä. Rasvaus pitää ihonsiirteestä joustavana. Rasvauksen jälkeen ihonsiirteestä voi jättää ilman sidoksia. Hankautuvalla alueella oleva ihonsiirre kannattaa kuitenkin ensimmäisinä viikkoina suojata pehmeällä haavatyynyllä. Ihonsiirre kestää hieman hankausta vasta noin 2-3 kuukauden kuluttua leikkauksesta.

Ihonsiirteeseen saattaa jäädä pieniä, hitaasti paranevia alueita. Hoidoksi riittää useimmiten pesu ja avonaisten kohtien suojaus haavaan tarttumattomalla sidoksella. Joskus ihonsiirre alkaa kiristää ja ihoon muodostuu haitallista arpikiristystä rasvauksesta huolimatta. Lääkäri arvioi arpihoidon tarpeellisuuden poliklinikkakäynnin yhteydessä.

Ihonsiirre on herkkä lämpötilan vaihteluille ja auringonvalolle ensimmäisten viikkojen ja kuukausien aikana. Ihonsiirrealue tulee suojata suoralta auringolta vaaleilla vaatteilla sekä aurinkovoiteilla. Kylmyyttä ja viimaa vastaan paras suoja on lämmin vaatetus.

MUUTA HUOMIOITAVAA

Ottakaa yhteyttä hoitavaan yksikköön, jos ihonsiirre tai sen ympäristö on:

- kuumottava, turvonnut, kipu on lisääntynyt ja teillä on kuumetta
- haava alkaa erittää pahanhajuista märkäistä näköistä eritettä.