

Yleis- ja vatsaelinkirurgian poliklinikka

Potilasohje Eksote

## SAPPIRAKON AVOLEIKKAUS

Leikkauksessa poistetaan sappirakko vatsanpeitteisiin tehdyn viillon kautta.

### RAJOITUKSET

**Ruokailu** Teidän tulisi käyttää vähärasvaista ja runsaskuituista dieettiä.

Vaivoja saattaa aiheuttaa:

- paistettu, rasvainen, savustettu tai voimakkaasti maustettu ruoka
- suklaa, kahvi
- tuore leipä ja pulla
- kurkku, paprika, lanttu, nauris, retiisi
- kuivat herneet ja pavut sekä niistä valmistetut ruoat, sekä sienet ja useimmat kaalit
- omena, päärynä, meloni, avokado, oliivi
- etikkasäilykkeet.

Jos olette välttäneet joitain näistä ruoka-aineista ennen sappileikkausta, voitte olla syömättä niitä jonkin aikaa leikkauksen jälkeenkin.

Myöhemmin siirrytte normaaliin ruokavalioon.

**Lääkkeet** Jos leikkausalueella on kipua, voitte käyttää reseptivapaita kipulääkkeitä.

**Kulkeminen** Ei rajoituksia.

**Liikkuminen** Toipilasaikana voitte vähitellen lisätä liikuntaa ja rasitusta haavan alueelle. Ponnistelu, kurottelu ja painavien (yli 3 kg) esineiden nostelu on kiellettyä. Yskiessä, aivastaessa ja vuoteesta ylösnoustessa haavan voitte tukea käsin tai tyynyllä.

**Elintavat** Voitte elää normaalia elämää huomioiden vain teille kerrotut rajoitukset.

### JÄLKITOIMET

Sairasloma on noin 1 kk. Jälkikontrolliajat ja ohjeet saatte mukaaan osastolta kotiutuessanne.

### KOTIHOITO-OHJEET

Haavan voitte suihkuttaa normaalisti pesujen yhteydessä. Haavaa ei saa hangata. Saunaan, kylpyyn tai uimaan ei saa mennä niin kauan kun haavalla on ompeleet.

Jos haavan alueelle tulee lisääntyvää kipua, kuumotusta, punotusta, turvotusta tai haava alkaa erittää pahanhajuista eritettä tai kuume nousee, ottakaa yhteyttä omaan terveyskeskukseen. Ompeleet poistetaan oman paikkakunnan terveyskeskuksessa tai työterveyshuollossa.



Yleis- ja vatsaelinkirurgian poliklinikka

**MUUTA HUOMIOITAVAA**

Tarvittaessa voitte ottaa yhteyttä teitä hoitaneeseen yksikköön tai jättää soittopyynnön kirurgian poliklinikan sairaanhoitajalle ma – pe klo 8.00 – 15.00 puh. (05) 352 6000.