

Verisuonikirurgian poliklinikka

Potilasohje Eksote

VERISUONILEIKATUN POTILAAN YLEISET JATKOHOITO-OHJEET

Valtimoiden ahtauttava kovettumistauti eli ateroskleroosi on seurausta monen tekijän yhteisvaikutuksesta. On tärkeää viimeistään verisuonileikkauksen jälkeen hoitaa riskitekijät kuntoon. Verisuonitautia ei voi kokonaan parantaa, mutta sen etenemistä voi hidastaa. Samalla verisuonileikkauksen tulos säilyy pidempään ja elämänlaatu paranee.

TUPAKOINNIN LOPETTAMINEN

Tupakointi on merkittävin riskitekijä. Se aiheuttaa jo muutenkin ahtaiden verisuonten supistumista ja huonontaa lihasten ja kudosten hapensaantia. Lopettamalla verisuonisiirteet pysyvät kauemmin auki ja yleisvointi paranee. Tupakoinnin lopettamisen apuna voi käyttää nikotiinikorvaushoitoa laastarina, purukumina tai reseptilääkkeenä.

PÄIVITTÄINEN LIIKUNTA

Liikkuminen parantaa paitsi verenkiertoa, myös kolesterolin- ja verensokeriarvoja. Tunti päivässä esim. kävelyä, on sopiva määrä. Jos pohjekipu pysäyttää kävelyn, kannattaa levätä ja jatkaa pienen lepo hetken päästä matkaa. Kipu ohimenevänä ei ole vaarallista.

KOLESTEROLIARVOJEN PARANTAMINEN JA KOVIEN RASVOJEN VÄLTÄMINEN

Kolesteroliarvot kannattaa mittaattaa terveyskeskuksessa vähintään kerran vuodessa. Kovien rasvojen korvaaminen öljyllä on suotavaa. Kalaruokien, vihannesten ja juuresten käyttöä kannattaa lisätä.

SOKERITAUTI TASAPAINOON

Hyvä sokeritasapaino hidastaa verisuonimuutosten kehittymistä ja auttaa haavojen parantumisessa.

VERENPAINE KURIIN

Verenpainetta kannattaa seurata säännöllisesti. Mikäli verenpaineet ovat koholla, tulee ottaa yhteys terveyskeskukseen, jossa hoidetaan mahdollinen verenpainelääkitys ja seuranta.

Verisuonikirurgian poliklinikka

JALKOJEN HOITO

Haavojen ennaltaehkäisy on tärkeää. Kaikki haavat ja nirhaumat paranevat huonosti jalassa, jossa on heikentynyt verenkierto. Myös sokeritauti heikentää haavojen paranemista. Varpaan välit tulee kuivata ja käyttää esim. apteekista saatavaa lampaanvillaa varvasväleihin. Kuivien ja kovettuneiden kohtien säännöllinen rasvaus ehkäisee haavaumien syntyä. Kynnet leikataan suoriksi, etteivät ne paina ihoa. Kannattaa hankkia kunnolliset, nahkaiset tai kankaiset, riittävän tilavat ja hengittävät kengät, jotka eivät varmasti purista. Paljain jaloin liikkumista tulee välttää.

VERENKIERTOLÄÄKITYS

Leikkauksen jälkeen tarvitaan pysyvä, veren hyytymiseen vaikuttava lääkehoito. Yleisimmin käytetään asetosalisyylihappoa sisältävää valmistetta (esim. Aspirin[®], Disperin[®], Aspirin Cardio[®], Primaspan[®], Asasantin[®]). Muita mahdollisia ovat Marevan[®], Persantin[®] ja Plavix[®]. Näitä ei tulisi keskeyttää neuvottelematta lääkärin kanssa.

ERITYISESTI HUOMIOITAVAA

Leikatun raajan verenkiertoa tulee seurata kotona. Verenkierron äkillinen heikkeneminen aiheuttaa ihon muutoksen kalpeaksi ja sittemmin siniseksi ja kylmäksi. Raajaan tulee tunnottomuutta ja kovaa kipua. Näiden oireiden ilmaantuessa tulee välittömästi hakeutua päivystyspoliklinikalle.

MUUTA HUOMIOITAVAA

Epäselvissä asioissa voitte jättää soittopyynnön verisuonikirurgian poliklinikalle/verisuonihoitajalle puh. (05) 352 6000 klo 8.00 – 15.00.