

SUONIKOHJUN LÄMPÖKATETRIHOIDON HOITO-OHJEET

Toimenpiteen jälkeen pitää kävellä 30 minuutin ajan siten, että pohjelihas supistuu. Vaihtoehtoisesti voi käydä toistuvasti varpaillaan ja nostaa kantapään ilmaan.

Hyppiminen ja ponnistelu on kielletty.

Pidä tukisukkaa jalassasi yötä päivää 1 vrk. Tämän jälkeen sukan ja mahdolliset sidokset voi poistaa ja käydä suihkussa. Sukan käyttöä jatketaan päivisin vielä 5-7 vrk.

Saunominen, uiminen, kylpeminen, hikiurheilu ja kuntosaliharjoittelu on kielletty viikon ajan.

Toimenpidepäivänä on syytä välttää voimakkaita kumartumisia, työntämisä, nosteluja sekä tietoista hengityksen pidättämistä tai esim. ilmapallon puhaltamista.

Ensimmäisen viikon aikana **yli 30 minuutin pituinen istuminen on kielletty**, eli ensimmäisten tuntien aikana on syytä jaloitella toistuvasta, mikäli kotimatka on pitkä. Ensimmäisen vuorokauden jälkeen pitempi istuminen on sallittua, jos pitää hoidettua jalkaa suorana.

Lämpökaterihoidon jälkeen voi muutaman päivän ajan olla jalkasärkyä, johon voi ottaa tavallista kipulääkettä.

Hoidetulle alueelle kehittyy lähes aina jollekin kohtaa aristavia kovettumia ja mustelmia, jotka ajan kuluessa häviävät. Osalle potilaista lämpö voi aiheuttaa hoidetulle alueelle ihon juostemaisia värimuutoksia ja tuntohäiriöitä, joiden poistuminen on yksilöllistä. Säären alueella laskimorungon pinnalla kulkeva hermo voi vaurioitua lämmön vaikutuksesta. Seurauksena on paikallinen särky ja tunnottomuus varsinkin säären ja nilkan tasolla. Vakavia komplikaatioita esim. ihon palovamma, laskimoveritulppa, keuhkoveritulppa ja infektio, esiintyy hyvin harvoin. Vaahtoruiskutushoidossa voi komplikaationa esiintyä harvoin myös aivovaltimoiden ilmaembolia.

Pinkeiksi ja kivuliaiksi jäävät laskimot voidaan kontrollin yhteydessä tarvittaessa hoitaa tyhjentämällä ne laskimokanyylillä.

Pitkiä lentomatkoja ei suositella sukkahoidon aikana. Jatkossakin syvän laskimotukoksen vaaraa voi pitkillä lennoilla vähentää käyttämällä luokan II mukaisia tukisukkia.

Ota tukisukka mukaan seuraavalle kontrollikäynnille mahdollisen lisähoidon varalta.

Kontrolli on noin 4 kuukauden kuluttua.

Mikäli toipumisessa tai haavan paranemisessa on ongelmia, ota yhteyttä omaan terveystieteeseen, työterveyshuoltoon, leikkausosastolle (06) 826 4637 tai yhteispäivystykseen 116117.