



PÕLVELIIGESE ENDOPROTEESIMINE

Põlveliigese endoproteesimine

Käesoleva infolehe eesmärk on anda patsiendile teavet põlveliigese vahetusest ehk endoproteesimisest. Põlveliigese endoproteesimise operatsioon teostatakse juhul, kui patsiendi liiges on moondunud ja liikuvus piiratud ning esineb valu, mis ei allu ravimitele. Endoproteesimise eesmärgiks on taastada jäsme normaalne asend ja saavutada valuvaba liiges, mille liikuvus võimaldab patsiendil igapäevaseid toiminguid teha.

Enne haiglasse tulekut

Et saavutaksime optimaalse tulemuse, on patsiendil vaja ennast operatsiooniks korralikult ette valmistada. Soovitav on õppida karkudega kõndimine selgeks enne operatsiooni, sest lõikusele vahetult järgneval perioodil võib valu uute oskuste omandamist segada. Kogemus näitab, et eelnevalt harjutanud patsiendid paranevad ka pärast operatsiooni kiiremini.

• Põletike ravi.

Operatsiooni toimumise ajaks on vaja välja ravida kõik kroonilised ja ägedad põletikud. Vastasel juhul esineb suur risk, et tehisiiges nakatub. Erilist tähelepanu vajavad hambapõletikud. Põletikuliste hammaste operatsioonieelne ravi on tüsistuste vältimise tähtis eeltingimus. Samuti on oluline jälgida, et ei esineks nahavigastusi (lõhed varvaste vahel ja kandadel, haudumus, mädavistrikud, haavandid opereeritaval jäsemel) ega küünte seenhaigust.

• Kaasuvate haiguste ravi

Kroonilised haigused (nt kõrgvererõhutõbi, südame isheemiatõbi, südamepuudulikkus, neerupuudulikkus, suhkruhaigus) peavad olema haiglasse tuleku ajaks kompensatsioonistaadiumis.

• Igapäevased ravimid

Kaasuvate haiguste ravimite tarvitamist ei pea üldjuhul enne operatsioonile tulekut katkestama. Ka operatsioonipäeva hommikul tuleb need ravimid ühe lonksu veega sisse võtta. Enne operatsiooni tuleb aga kindlasti lõpetada järgmiste ravimite tarvitamine:

- NSAID preparaadid (nt Diklofenak, Ibuprofeen) ja aspiriin – tarvitamise peab lõpetama kaks nädalat enne operatsioonikuupäeva (valu raviks sobib sel perioodil Tramadool),
- antikoagulandid (Marevan) – sõltuvalt verehüübivuse näitajatest, vastavalt arsti juhistele.

• Kargud, abivahendid

Kunstliigesega käima õppimiseks ja operatsioonijärgseks taastusraviks tuleb patsiendil laenutada kargud. Informatsiooni karkude laenutamise kohta saab Pärnu Haigla



Infomaterjal

esimesel korral asuvast Ristiku haruapteegist (telef.4420206), kauplusest Invaru Liiva 2c (telef.4471022) või Tervisekauplusest Rüütli 37 (telef.4472686).

• Uuringud ja analüüsid

Patsiendi tervise operatsioonieelse seisundi täpsustamiseks võetakse haiglasse saabumise päeval (s.t operatsioonile eelneval päeval) temalt vereanalüüsid ja uriinianalüüs, tehakse elektrokardiogramm ja röntgeniülesvõtted.

• Anesteesia küsitlusleht ja operatsiooniga nõustumise vorm

Haiglasse tulekuks palume Teil täita anesteesia küsitluslehe, mis sisaldab teavet operatsiooni valutustamise võimalustest. Blanketi annab Teile anestesioolog (narkoosiarst). Teile esitatakse küsimusi Teie tervisliku seisundi kohta – peate neile vastama täpselt, sest nii saab anestesioolog (narkoosiarst) valida Teile sobivaima valutustamise meetodi. Võlaõigusseadusest tulenevalt tuleb Teil kirjalikult kinnitada, et olete operatsiooniga nõus. Palume, et allkirjastaksite selleks operatsiooniga nõustumise lehe.

Palun võtke haiglasse kaasa:

- saatekiri ja isikut tõendav dokument
- raha voodipäevatasu maksmiseks (~250 krooni – 25 kr. ööpäev)
- kargud
- igapäevaselt tarvitatavad ravimid vähemalt kümneks päevaks
- Teie käes olevad röntgenipildid opereeritavast liigesest
- informatsioon kaasuvate haiguste kohta (haigla väljavõtted, uuringute vastused)
- hügieenitarbed, uriinipidamatuse korral vastavad sidemed või mähkmed, sisejalanõud

Üleliigseid asju palume kaasa mitte võtta.

Eelmisel öhtul enne operatsiooni

- Palun ärge sööge pärast kella 18.00. Juua võib viimast korda kuus tundi enne operatsiooni algust.
- Võtke sisse igaõhtused ravimid, kui arst ei ole öelnud teisiti.
- Käige duši all, peske ennast ja pange selga puhas haiglasärk.

Operatsioonipäeva hommikul

- Kui arst ei ole andnud teisi korraldusi, võtke palun väikese lonksu veega sisse igahommikused ravimid. Küsige informatsiooni oma palatiõe käest.
- Süüa, juua ega suitsetada pole lubatud.
- Peske ennast duši all.
- Operatsioonile minekuks riietatakse Teid operatsioonisärki.
- Enne kui Teid viiakse operatsioonituppa, paigaldab õde Teile palatis põiekateetri.

Operatsiooni käik

Operatsioonil eemaldatakse kulunud liigesepinnad ja asendatakse need proteesiga.



Infomaterjal

Põlveliiges



Enne

Pärast

Valutustamine

Enamikul juhtudel kasutatakse põlveliigese endoproteesimisel valutustamiseks spinaalanesteasiat (nn seljasüsti). Spinaalanesteesia tulemusena kaob alakeha valutundlikkus ja võime liigutada jalgu, kuid patsient on operatsiooni ajal ärkvel. Patsiendi soovi korral on võimalik lisaks manustada rahusteid, mis vähendavad operatsiooniaegset närvipinget. Spinaalanesteesia mõju möödub keskmiselt kolme- nelja tunniga. Erandjuhtudel võib osutada vajalikuks sooritada operatsioon üldnarkoosis.

Pärast operatsiooni

• Ärkamisruum

Operatsiooni järel viiakse patsient ärkamisruumi. Seal viibib ta kuni anesteesia möödumiseni (umbes kaks tundi). Ärkamisruumis alustatakse valuraviga.

• Intensiivravipalat

Operatsioonijärgne ravi jätkub ortopeedia osakonna intensiivravipalatis, kus on olemas kõik vahendid operatsioonist taastumise kindlustamiseks. Järgmisest hommikust jätkub ravi tavapalatis.

• Valu

Anesteesia möödudes hakkab opereeritud liiges valutama. Inimeste valutundlikkus on individuaalne. Kui valu süveneb, manustatakse patsiendile valuvaigisteid. Peab arvestama, et vaatamata valuvaigistitele võib mõõdukat valu mõne päeva jooksul pärast operatsiooni siiski esineda. Valu ja turset leevendab külmapakendite paigutamine opereeritud piirkonda.

• Söömine

Kui arst ei ole andnud teisi korraldusi, võib patsient süüa vastavalt enesetundele kohe pärast operatsiooni.



Infomaterjal

• WC-toimingud

Põiekateeter eemaldatakse operatsioonijärgsel päeval. Kõrgendatud potiga tualetis saab reeglina käia paar päeva pärast operatsiooni. Seni on võimalik kasutada siibrit või pudelit.

• Pesemine

Pesta võib kohe pärast karkudega käima hakkamist, s.o alates umbes kolmandast operatsioonijärgsest päevast. Vältima peab kukkumist duširuumi libedal põrandal. Operatsioonihaava võib pesta jooksva leige vee all. Nuustiku ega seebiga pole soovitatav värske operatsioonihaava piirkonda hõõruda. Saunas on lubatud käia nädala möödumisel haavaõmbluste eemaldamisest, s.o umbes kolm nädalat pärast operatsiooni. Vannis käies on soovitatav kasutada spetsiaalset vannistet.

• Kehaasendid

• Asendid voodis

- Kuni spinaalanesteesia möödumiseni (umbes kahe tunni vältel pärast operatsiooni) saab patsient voodis lamada vaid selili.
- Poolistuvasse või endale sobivasse asendisse voodis võib tõusta kohe, kui enesetunne lubab.

• Istumine

- Jalad üle voodi ääre istuda võib alates operatsioonile järgneva päeva hommikust.

• Kõndimine

Operatsioonijärgsel päeval võib kasutada liikumise abivahendina rulaatorit. Karkudega on lubatud kõndida alates esimesest operatsioonijärgsest päevast ning seda on vaja teha kuue nädala vältel. Opereeritud jalale tohib täiskoormusega toetada valu piirini, kui arst pole öelnud teisiti. Erandjuhtudel (näiteks kui operatsiooni käigus siirdati luu) peab karke kasutama kauem. Sel juhul annab arst karkudega käimise aja ning jalale lubatud koormuse kohta eraldi juhised.

• Taastusravi

Pärast operatsiooni on kindlasti vaja jätkata liikumisravi, et tugevdada lihaseid ja saavutada liigeste optimaalne liikuvus. Harjutusi tuleks teha iga päev. Kompleksset taastusravi teostab haiglas viibides instruktor. Kui Tee soovite peale ortopeedia osakonnast väljakirjutamist viibida päeva osalise omafinantseeringuga (20%) taastusravi osakonnas Ristiku 1, siis tuleb Teil eelnevalt 1–2 kuud enne operatsiooni registreerida end telefonil **44 73 345**.

• Haavaõmblused

Õmbluste klambrid eemaldatakse sõltuvalt haava paranemisest 10.–14. operatsioonijärgsel päeval. Seda teeb perearst, kui raviarst ei ole teisiti korraldanud.

• Haiglas viibimise aeg

Patsiendil palume saabuda haiglasse operatsioonile eelneval päeval kella 12.00-ks. Saabumise päeval tehakse vajalikud analüüsid ja uuringud. Patsient kirjutatakse haiglast välja 7.-(+/-2) päeval pärast operatsiooni.

• Praktilised juhised

Valmistage ette endale kodused tingimused (kõrgemad istmed, voodi, kõrgendus ja käepide tualetis). Vähemalt 5 nädala vältel peaks Teil olema abiline.

• Haiglast koju sõitmine



Infomaterjal

Transpordi koju peate ise organiseerima.

- Haiglast koju sõidutada võib lasta end tavalise autoga, istudes juhi kõrvalistmel.
- Vahetatud põvelüigese puhul tuleb autos istudes leida opereeritud jalale võimalikult mugav asend.
- Trepist käimine
 - Üles: terve jalg - haige jalg - kargud
 - Alla: kargud - haige jalg - terve jalg
- Voodisse heitmine / voodist tõusmine
 - Voodist tuleks tõusta terve jala poolt.

• Sport

Püüdke hoiduda kehakaalu liigest tõusust. Sportlikke harrastusi võib jätkata, kuid tuleks vältida hüppeid, pörutusi, jalgade väändeid, kükkasendeid. Sobivad ujumine, jalgrattasõit, murdmaasuusatamine, kepikõnd. Krooli ujuda võib kohe pärast operatsioonihaavade paranemist (kui on võimalik pääseda ohutult basseini). Rinnuli ujuda, jalgrattaga sõita ja suusatada võib siis, kui operatsioonist on möödunud kolm kuud. Pärast põvelüigese endoproteesimist tuleks kindlasti vältida sügavat kükitamist.

• Seksuaalelu

Seksuaalelu võib taas alustada umbes kuus nädalat pärast liigesevahetusoperatsiooni. Põlveproteesi puhul tuleb hoiduda asenditest, kus põlv on ülemäära painutatud. Rasedus on lubatud.

• Põletikest hoidumine

Konsulterige oma perearstiga **vähimagi** nakkuskahtluse korral (kaasa arvatud hammaste põletikud). Põletik mis tahes kehapiirkonnas võib soodustada endoproteesitud liigese nakatumist. Seetõttu on põletikukollete kohene ravi ülimalt oluline. Teatud juhtudel (nt põletikuliste hammaste ravi hambaarsti juures) on tarvis teha põletiku levikut takistav antibiootikumikuur.

Võimalikud tüsistused

Võimaliku tüsistuse tekkele opereeritud jäsemes viitab:

- valu oluline suurenemine
- tugev turse
- nahapunetus
- kuumatunne opereeritud liigese piirkonnas
- kõrge palavik või väike, kuid pidev kehatemperatuuri tõus
- eritus operatsioonihaavast
- liigese liikumisulatuse oluline vähenemine

Kui märkate enda juures mõnda mainitud tunnist, võtke kohe ühendust raviarstiga!

Järelkontroll

Järelkontroll toimub SA Pärnu Haigla ambulatoorse kirurgia ortopeediakabinetis. Aja määrab Teid opereerinud arst.



Infomaterjal

Infotelefonid

SA Pärnu Haigla ortopeediaüksuse sekretär	44 73 425
SA Pärnu Haigla ortopeediaüksuse vastutav õde	44 73 404
SA Pärnu Haigla ortopeediaüksuse juhataja	44 73 424
SA Pärnu Haigla ambulatoorse kirurgia vanemõde	44 73 440

Kui Teil pole võimalik määratud kuupäeval operatsioonile tulla, palume sellest koheselt teatada telefonil 44 73 425.

Koostaja: kirurgiakliinik, ülemõde Pille Käärid

Koostatud 2009/ täiendatud/ ülevaadatud

