



Patientanvisning

Axel- protes- operation

Ledprotes sjukhus

COXA

Ledprotes- sjukhuset Coxa

Coxa är **det enda sjukhuset i Finland som är specialiserat på ledprotesoperationer**. Vi sysselsätter 300 toppexperter och utför över 5000 ledprotesoperationer varje år. Coxas patientsäkerhet ligger i toppklass i internationell jämförelse.

Läs mer: coxa.fi



För dig planeras en
axelprotesoperation på Coxa. Syftet med den
här guiden är att stödja din rehabilitering
efter axelprotesoperationen.

FÖRE OPERATIONEN

OPERATIONSDAGEN ____/____.____ DIN LÄKARE

UNDERSÖKNINGAR INFÖR OPERATIONEN

Besök laboratoriet på din hemort för
undersökningarna enligt anvisningen som du har fått ____ / ____.

LÄKEMEDELSBEHANDLING HEMMA FÖRE OPERATIONEN

Håll en paus med följande mediciner från och med ____ / ____.

.....
.....
.....
.....
.....

Ta följande läkemedel på operationsdagens morgon:

.....
.....
.....
.....
.....

KONTAKTUPPGIFTER

Om du har några frågor kring din
kommande operation, kontakta
vår kundtjänst på 03 311 715.

ANKOMST TILL OPERATIONEN

Sjukskötaren ringer dig dagen före operationen, på en vardag klockan 13–15,
och ger dig anvisningar om ankomsten till sjukhuset.

Ankomsttid på Coxa:

- ☐ På mottagningsavdelningen (vån. 1, väntrummet nr 2, ingen separat anmälan krävs)
- ☐ Bäddavdelning (vån. 2)
- ☐ Jag meddelar Coxa, på tfn 03 3117 8042, snarast möjligt om jag inte kan komma till operationen (om jag har hudskador eller hälsobesvär).
- ☐ Meddelanden dagen före operationen efter tjänstetid, tfn 03 3117 8040.

DAGEN FÖRE OPERATIONEN

- ☐ Jag tvättar mig noga.
- ☐ Jag kontrollerar min hud (anvisning s. 18).
- ☐ Jag äter normalt och kommer ihåg ett näringsrikt kvällsmål.
- ☐ Jag äter inget mer efter kl. 24. På operationsdagen morgon kan jag dricka 1–2 glas vatten och en kopp kaffe eller te.

Kontaktuppgifter

KUNDTJÄNST 03 311 715

Verksamhetsställen

TAMMERFORS

LEDPROTESSJUKHUS

Niveltie 4 (f.d. Biokatu 6 B) Tammerfors.
Bäddavdelning vån. 2

HELSINGFORS

Annegatan 32 A, 00100 HELSINGFORS
Läkarcentralen Aava i Kampen

www.coxa.fi

Innehållsförteckning

ARTROS OCH BEHANDLING AV ARTROS..... 8

Artros i axelleden 10

Mot operationen 12

FÖRE OPERATIONEN..... 14

Förberedelser inför ledprotesoperationen 16

En frisk hud skyddar mot infektioner 18

Rökning 20

Börja träna i god tid..... 22

EFTER OPERATIONEN..... 24

Rehabilitering efter axelprotesoperationen 26

Hållning och stöd för den opererade armen 28

Dagliga funktioner 29

Övningsserie I 30

Övningsserie II 32

Övningsserie III 34

Övningsserie IV 35

Att leva med en axelledprotes..... 40

Egenvård 42

Läkemedelsbehandling 44

Efter operationen 46

Artros och behandling av artros



ARTROS I AXELLEDEN

Den vanligaste orsaken till axelprotesoperation är ledförslitning, det vill säga artros. Artros är den vanligaste ledsjukdomen och nästan alla får det i alla leder i takt med att man åldras. Förändringarna framskrider ofta långsamt med åren. Ytan på ledbrösket skadas och kan slitas ut, varvid benen skaver mot varandra. Retningen orsakar irritation i synovialmembranet och det förekommer svullnad och stelhet. Kroppen kan inte läka skadat ledbrösk.

Symtom

Smärta i axeln och eventuell strålningssmärta längs med överarmen kan vara ett tecken på artros i axelleden. Till en början förekommer smärta framför allt när man arbetar med armarna i vågplan eller högre upp. I ett senare skede begränsas axelledens rörelse och det är vanligt att ha värk i både vila och på nätterna.

Riskfaktorer

Till riskfaktorerna för artros hör arvsanlag, övervikt, ledskador och ledbandsskador i samband med dessa, felställningar av extremiteterna samt tungt arbete. När vi åldras försämras ledbröskets mekaniska egenskaper och ämnesomsättningen i vävnaderna. Dessa faktorer gör ledbrösket mer mottagligt för skador. Även inflammatoriska ledsjukdomar, såsom reumatism, kan orsaka förändringar i lederna.

Senorna och musklerna i rotatorkuffen ger ett viktigt stöd för axelleden. Om strukturen inte fungerar normalt eller om det till exempel finns en bristning, blir axelleden instabil, vilket främjar uppkomsten av artros.

Behandling

Den viktigaste behandlingen av artros är smärtlindring. Behandlingen av artros i tidigt skede omfattar regelbunden smärtlindring med läkemedel, kylbehandling och övningar som tränar rörelseomfånget och muskelstyrkan. Med hjälp av fysioterapi kan smärtan minskas och rörelseförmågan i axelleden bibehållas.



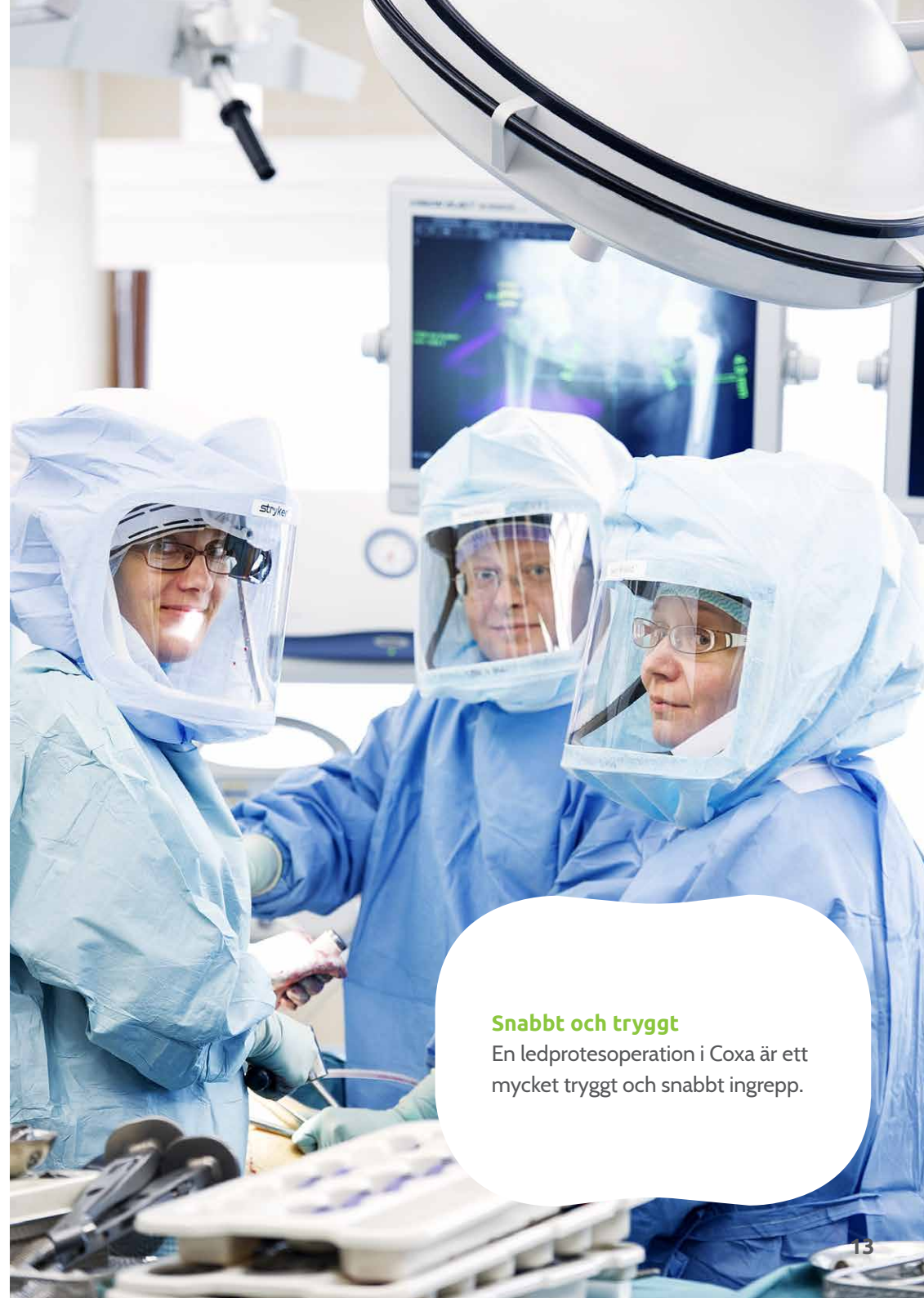
***Låt inte smärtan
begränsa ditt liv***

MOT OPERATIONEN

Hurdan är en axelprotesoperation?

En axelprotesoperation görs oftast med plexusbedövning, alltså bedövning av nervfläta, och i ingreppet ersätts skadade ledytor med en ledprotes. Normalt varar operationen 1–1,5 timmar. Du sövs inför ingreppet och en anestesiskötare följer ditt tillstånd. Efter operationen flyttas du via uppvakningsavdelningen till bäddavdelningen för rehabilitering.

Att tidigt börja röra på sig främjar din rehabilitering och förebygger uppkomsten av blodpropp, eftersom aktivitet stimulerar blodcirkulationen. På bäddavdelningen får du hjälp med att resa dig ur sängen och, om ditt tillstånd tillåter det, med att komma upp på benen redan på operationsdagen.



Snabbt och tryggt

En ledprotesoperation i Coxa är ett mycket tryggt och snabbt ingrepp.

Före operationen



FÖRBEREDELSE INFÖR LEDPROTESOPERATIONEN

DESSA FRÅGOR DISKUTERAR ORTOPEDEN MED DIG

Ett bra slutresultat uppnås genom samarbete

- Personalen vid Coxa har förbundit sig att göra sitt bästa för att du ska få en ledprotes som fungerar väl.
- För att slutresultatet ska bli bra måste du trots smärtan rehabilitera axeln enligt de anvisningar och begränsningar som du får.

Val av ledprotes

- Protesmodellen väljs individuellt. Valet påverkas bland annat av senornas och musklernas kondition, skelettstrukturen, åldern och den fysiska aktiviteten.
- På Coxa används noga utvalda ledprotesmodeller vars tillförlitlighet har bevisats. Ledproteser levereras till Coxa av ZimmerBiomet, Arthron och DePuySynthes.

Ledprotesoperationen är inte riskfri

En ledprotesoperation på Coxa är ett mycket tryggt ingrepp som sällan medför komplikationer. Alla kirurgiska ingrepp är dock förknippade med risker. Risken för allvarliga komplikationer och komplikationer som leder till omoperation är under två procent. Till dessa hör sår- och ledprotesinfektioner samt ventromboser efter operationen och benbrott. Genom en god planering av vården, en bra operationsteknik och rätt medicinering kan komplikationer förebyggas i betydlig omfattning.

Möjliga risker:

- Risker som förknippas med kirurgiska ingrepp och förvärrande av grundsjukdomar.
- Infektion i ledprotesen. Förekomsten inom ett år från ingreppet hos personer som opererats på Coxa är 0,5 procent (den allmänt godtagbara nivån är under 2 %).
- Mekaniskt problem i ledprotesen. Sannolikheten för att patienten inte får mekaniska problem med leden under de första tio åren är över 95 procent.



FÖRBERED DIG I FÖRVÄG PÅ TIDEN EFTER OPERATIONEN

Det är bra att redan på förhand fundera på hur du kommer att klara av vardagssysslorna hemma. Observera att armen på den opererade sidan hålls i armslinga de första veckorna.

Jag sköter om min hälsa

- Mina grundsjukdomar behandlas.
- Min hud är frisk (jag kontrollerade huden enligt anvisningen på s. 18).
- Jag har inga inflammationer.
- Jag är fysiskt aktiv och följer motionsanvisningarna som jag har fått.
- Jag äter mångsidigt.
- Jag röker inte eller så slutar jag röka senast fyra veckor före operationen.
- Jag undviker alkohol.
- Jag slutar använda naturläkemedel och Omega-3-preparat två veckor före operationen.

Jag gör förberedelser inför hemkomsten

- Jag säkerställer att mitt hem är tryggt och att allt jag behöver är lättåtkomligt, så att jag klarar mig så bra som möjligt efter operationen när jag bara kan använda den ena armen.
- Jag förutser matförsörjningen och tar reda på vem som handlar och besöker apoteket åt mig
- Jag uppskattar hur jag klarar hushållssysslorna efter operationen och ordnar vid behov hjälp via närstående, kommunens hemvård eller en privat hemtjänstproducent.
- Jag erbjuder mina anhöriga närstående möjlighet att besöka mig på avdelningen och komma hem till mig efter operationen för att stödja mig i rehabiliteringen och berättar att de får handledning i detta i Coxa.

Jag förbereder mig mentalt på operationen

- Jag förstår att operationen endast utgör en del av ett lyckat slutresultat.
- Jag förbereder mig på att trots smärtan träna enligt anvisningarna.
- Ett lugnt sinne och en avslappnad kropp främjar min återhämtning.

EN FRISK HUD SKYDDAR MOT INFEKTIONER

Hudskador utgör en infektionsrisk och därför måste huden må bra före och efter operationen. Bakterier kan spridas till leden med blodcirkulationen och orsaka en infektion i ledprotesen. Om man upptäcker skador på huden strax före operationen, måste den planerade operationen eventuellt skjutas upp. Sköt om din hud och kontakta vid behov vår personal gällande vården av skadad hud. Det är viktigt att behandla alla infektioner i förväg.

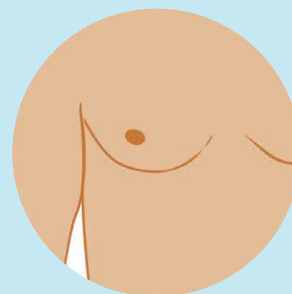
Kontrollera huden även på andra ställen!

Vid behov ska du be om hjälp med att kontrollera huden av en närstående eller en skötare vid hälsovårdscentralen.



KONTROLL AV HUDEN HOS EN PATIENT SOM SKA OPERERAS

Kontrollera i synnerhet:



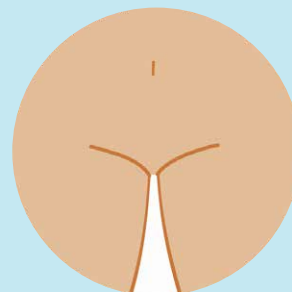
1. Området under bröstet och armhållorna



2. Operationsområdet



3. Tåmellanrummen



4. Ljumskarna

JAG HAR KONTROLLERAT MIN OPERATIONSUGLIGHET

Min hud är frisk och oskadad och jag har inget av följande:

- ☐ skråmor
- ☐ sårskorpor/finnar
- ☐ inflammerade hudutslag
- ☐ nagelvallsinflammation
- ☐ uppmjukad hud eller skavsår
- ☐ infektioner mellan tårna
- ☐ bensår
- ☐ brännskador.

RÖKNING

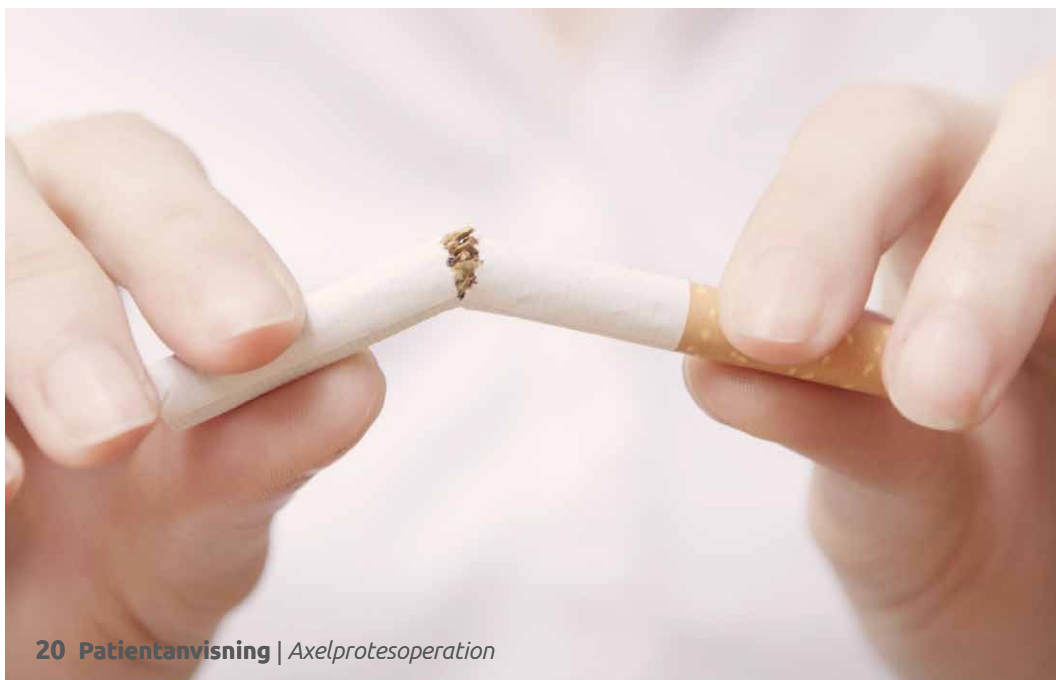
Det är känt att rökning försämrar blodcirkulationen och syresättningen av vävnaderna. Detta gör att läkningen av operationssåret tar längre tid och ökar infektionsrisken markant.

Rökning

- Fördubblar antalet problem med sår som inte vill läka.
- Hämmar förbeningen märkbart.
- Påverkar kroppens upptag av läkemedelssubstanser.
- Ökar risken för komplikationer i andnings- och blodcirkulationsorganen.

Coxa är ett rökfritt sjukhus

Vi rekommenderar att du slutar röka senast en månad före operationen. Att sluta röka strax före operationen ökar inte risken för lungkomplikationer. Om du vill, kan du ta med dig nikotinplåster eller -tuggummi.



VAD SKA JAG TA MED MIG TILL COXA?

- Mina dagliga mediciner i originalförpackningar eller en dosett med en läkemedelslista (insulinpennor och blodsockermätare, astmainhalator, ögondroppar)
- Mina gånghjälpmedel
- Mobiltelefonen och laddaren
- Mina personliga hygienartiklar
- Inneskor som jag lätt får på mig
- Bekväma kläder som jag kan ha på avdelningen
- Den här guiden
- FPA-kortet
- Följande om jag använder dem: glasögon med fodral, hörselapparat och batterier, MAREVAN-behandlingskortet, CPAP-apparaten.

Smycken och större summor kontanter lämnar jag hemma.

Det är bra att på förhand fundera på vilka kläder som är lämpliga. Vi rekommenderar kläder som kan öppnas på framsidan och som är lätta att ta på sig. Halsöppningen ska inte vara snäv.



Observera att armen på den opererade sidan hålls i armslinga de första veckorna.

BÖRJA TRÄNA I GOD TID

Om du börjar träna enligt anvisningarna redan före operationen, blir det lättare för dig att träna efter operationen, du återhämtar dig snabbare och du får ett bättre resultat från operationen.

En bra allmänskondition och muskelstyrka lindrar artrosbesvären och stödjer en bra återhämtning efter operationen. Målet med motionen är att förbättra allmänskonditionen, muskelstyrkan, rörligheten i lederna, balansen och muskelelasticiteten. Öka belastningen vid motion och träning stegvis.

Om leden är inflammerad eller gör mycket ont när du tränar, ska du minska belastningen och öka intaget av smärtstillande läkemedel.

Om du behöver ett gånghjälpmedel ska du diskutera detta med den opererande läkaren och fysioterapeuten när du är på avdelningen.

SPÄNNINGSÖVNINGAR FÖR AXELN



A. Framåt: Stå med ansiktet mot väggen. Håll överarmen intill kroppen och armbågen i rät vinkel. Tryck knytnäven lätt mot väggen och räkna till fem.

B. Åt sidan: Stå invid väggen så att överarmen nuddar väggen och med armbågen i rät vinkel. Tryck överarmen lätt mot väggen och räkna till fem.

C. Bakåt: Håll armbågen böjd i rät vinkel och tryck armbågen lätt mot väggen. Räkna till fem.

ÖVNING FÖR SKULDERSTABILITET



Fäst ett gummiband i höjd med naveln. Dra armbågarna bakåt och mot kroppens sidor och tryck samtidigt axlarna nedåt. Dra skulderbladen mot varandra och spänn samtidigt axlarna lätt nedåt. Håll spänningen och räkna till fem.

After operations



REHABILITERING EFTER AXELPROTESOPERATIONEN

Du har gjort en axelprotesoperation. För att uppnå ett bra slutresultat är det viktigt att du tränar aktivt på egen hand enligt anvisningarna och ökar träningen gradvis.

Det är viktigt att beakta begränsningarna av axelns rörlighet i de dagliga funktionerna och i träningen. Armen på den opererade sidan hålls i armslinga de första veckorna. Armslingan tas av endast när du ska tvätta dig/klä på eller av dig och träna. Du kan använda den opererade armen när du äter och som hjälp när du tvättar dig och klär på dig eller av dig, men med beaktande av begränsningarna.

Träningen avancerar gradvis, inom ramarna för vad smärtan tillåter. Belastningen ökas gradvis.

Anteckningar:

Det är viktigt att beakta följande begränsningar av axelns rörlighet i de dagliga funktionerna och i träningen.



- Utåtrotsrotation _____ veckor
- Inåtrotsrotation med motstånd _____ veckor
- Röra armen bakåt från mittpositionen _____ veckor
- Höja armen över vågplan _____ veckor
- Rörelser med motstånd och belastning samt stödja sig på armen _____ veckor

DE HÄR ÖVNINGARNA ÄR TRYGGA ATT BÖRJA MED

Börja träna rörligheten i armbågen, handleden och fingrarna så snart bedövningen har släppt.



Knyt näven och sträck ut fingrarna. Upprepa rörelsen flera gånger.



Böj och sträck ut handleden. Upprepa rörelsen flera gånger.



Liggande på rygg: Sträck ut armbågen så att du låter handen glida längs med kroppen. Detta är också en bra viloposition.

HÅLLNINGEN OCH STÖD FÖR DEN OPERERADE ARMEN

När du står och sitter ska du tänka på att ha en god hållning och avslappnade axlar. Dra skulderbladen nedåt mot bakfickorna. Det är bra att träna på att stå symmetriskt med hjälp av en spegel.



Version 1

Version 2

ARMSLINGA

Armen på den opererade sidan hålls i armslinga de första ___ veckorna.

Armslingan tas av endast när du ska träna, klä på eller av dig och tvätta dig.



LIGGANDE PÅ RYGG

När du vilar på rygg ska du ha en kudde under överarmen på den opererade sidan så att vävnaderna som fästs på nytt inte töjs.

När du ligger och vilar på rygg kan du använda en kylkompress för att förebygga svullnad och lindra smärtan. Använd kylkompressen flera gånger om dagen, tio minuter åt gången.



DAGLIGA FUNKTIONER

Du kan använda din opererade arm vid lätta sysslor, till exempel när du tvättar ansiktet, knäpper skjortan och äter. Du tränar på dagliga funktioner under handledning av fysioterapeuten och sjukskötaren på baddavdelningen i Coxa innan du skrivs ut.

När du klär på dig ska du börja med armen på den opererade sidan och när du klär av dig ska du ta den sist. Armen ska hållas framför kroppen och du får inte rotera axeln utåt.

ÖVNINGSSERIE I

Tänk på följande när du tränar:

Under sex veckors tid görs alla övningar med tummen mot magen.



Axellyft

Dra axlarna uppåt så symmetriskt som möjligt och låt dem sjunka ned avslappnat.



Pendelövning, avslappningsövning för axeln

Hjälp till med din andra hand och gör en liten roterande rörelse med den opererade axeln.



Framlyft

Liggande på rygg. Lyft den opererade armen framåt och uppåt. Hjälp till med din andra hand.

Pendelövning, avslappningsövning för axeln

Luta dig framåt. Låt armen hänga avslappnat. Ta vid behov stöd till exempel på bordskanten.



ÖVNINGSSERIE II

Tänk på följande när du tränar:

**Sidolyft**

Lift den opererade armen rakt åt sidan. Hjälptill med din andra hand.

**Vaggång med fingrarna**

Låt den opererade armen glida uppåt längs med väggen, så högt som det går. Gå närmare väggen så att axelrörelsen blir så stor som möjligt.

**Trissa**

Sittande eller stående. Lyft den opererade armen rakt uppåt med hjälp av en rem.

**Stretchning**

Liggande på rygg. Tryck den opererade armen mot underlaget med hjälp av den friska handen.

Dra skulderbladen mot bakfickorna under alla övningar!

**Framåtskjutning**

Stå med ansiktet mot väggen. Håll överarmen på den opererade sidan intill kroppen och armbågen i rät vinkel. Tryck knytnäven lätt rakt mot väggen och räkna till fem.

**Bakåtskjutning**

Stå i en dörröppning så att du stödjer överarmens bakdel mot dörrkarmen på kroppens framsida. Tryck armbågen lätt mot karmen och räkna till fem.

**Sidoskjutning**

Stå invid väggen så att överarmen på den opererade sidan nuddar väggen och armbågen är i rät vinkel. Tryck överarmens nedre del lätt mot väggen och räkna till fem.

**Utåttrotation**

Håll armbågen i rät vinkel. Håll armbågen intill kroppen och tryck handryggen mot väggen.

ÖVNINGSSERIE III

Tänk på följande när du tränar:



Rakt armlyft framåt

För den opererade armen med tummen före så högt uppåt som du kan på framsidan av kroppen. Håll armen rak. Håll axeln nere.



Sidolyft med käpp

Lyft den opererade överarmen med tummen före åt sidan med hjälp av en käpp.



Utåttrotation

Stå med en god hållning och för den opererade armen åt sidan. Hjälp till med en käpp. Armbågen stannar kvar vid kroppens sida. Roterar inte kroppen.



Lyft upp, ta ned

Öva på att lyfta lätta föremål över vågplan.

ÖVNINGSSERIE IV

Tänk på följande när du tränar:

Tänk på att inte rotera kroppen och på att hålla axlarna nere när du gör övningarna med gummibandet.



Inåttrotation

Lyft armen bakom ryggen mot skulderbladen.



Utåttrotation

För handen bakom nacken. Armbågen ska först peka snett framåt och sedan ska du vrida armbågen utåt.



Rotation inåt

Håll armbågen i rät vinkel. Tryck handflatan mot väggen med armbågen intill kroppen.



Rodd för skulderstabilitet

Fäst ett gummiband i höjd med naveln. Dra armbågarna bakåt och mot kroppens sidor och tryck samtidigt axlarna nedåt. Dra skulderbladen mot varandra och spänn samtidigt axlarna lätt nedåt. Håll spänningen och räkna till fem.



Utsträckt arm med gummiband

Stå med ena foten framför den andra. Håll den opererade armen intill kroppen och armbågen böjd. Sträck ut armen framåt och töj ut gummibandet. För sedan armen tillbaka till kroppens sida.



Diagonalt lyft framåt med gummiband

Placera gummibandet under foten. Lyft den opererade armen åt sidan med armbågen först och stretcha gummibandet.



Utåtrotation med gummiband

Håll överarmen intill kroppen. Vrid överarmen utåt. Vrid överarmen inåt.



Bakåtdrag med gummiband

Håll armen rak. För armen bakåt och sedan kontrollerat tillbaka.

Tänk på följande när du tränar:



Inåttrotation med gummiband
Håll överarmen intill kroppen. Vrid överarmen utåt. Vrid överarmen inåt.



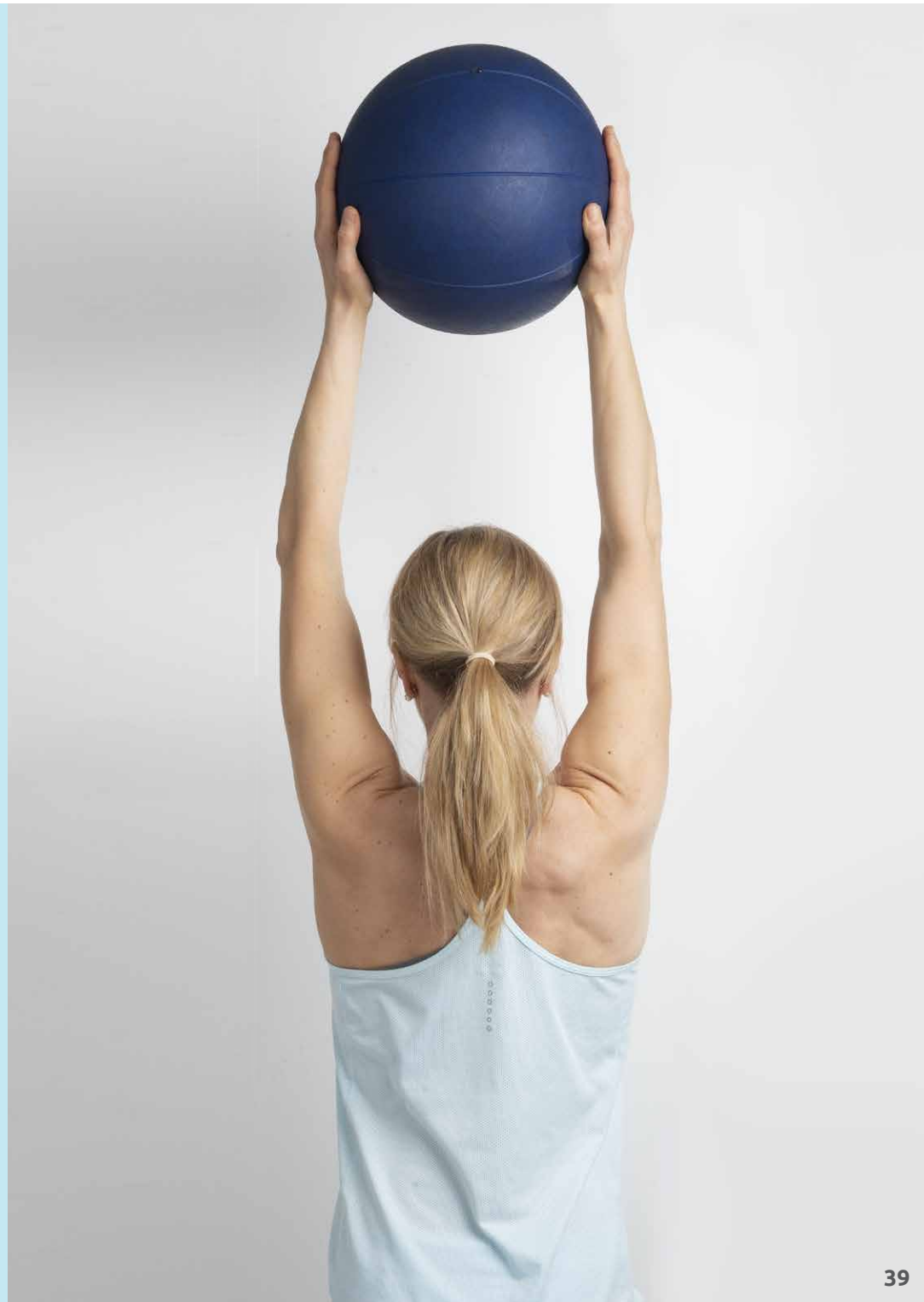
Kontroll av skuldran 1

Håll axeln i vågplan och tryck en boll lätt mot väggen. Håll axeln nere. Gör en liten cirkelrörelse med bollen på väggen.



Kontroll av skuldran 2

Står nära väggen. Tryck axlarna lätt nedåt. Håll bollen med utsträckta armar mot väggen. Flytta bollen en bit bort från väggen och sedan åter fast i väggen.



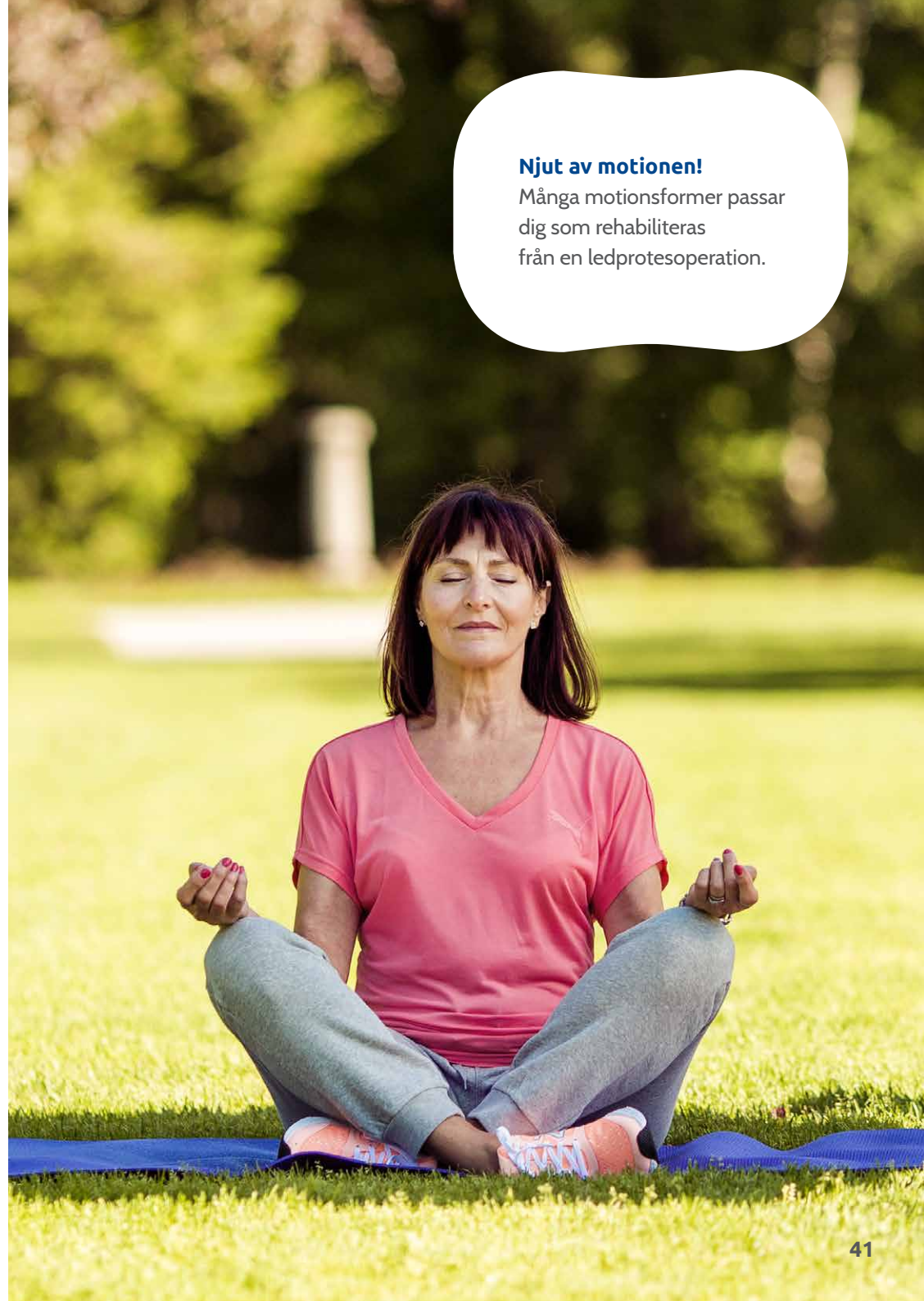
ATT LEVA MED EN AXELLEDPROTES

Efter axelprotesoperation ska du undvika att bära/lyfta tunga laster samt hackiga rörelser som belastar axeln, till exempel att hugga ved eller damma mattor.

Begränsningen av belastningen är inte permanent. Du får belasta axeln i den mån som muskelstyrkan normalt tillåter. Med tanke på rehabiliteringen är det viktigt att ha tålamod även med de övningar som känns enkla och att utföra dem väl. Funktionen och konditionen hos musklerna i axeln är väsentliga för en fungerande axelled. Belastningen ökas gradvis och du fortsätter med övningarna under hela rehabiliteringen.

Njut av motionen!

Många motionsformer passar dig som rehabiliteras från en ledprotesoperation.



EGENVÅRD

SVULLNAD OCH BLÅMÄRKEN

Det är normalt att ha svullnad i sårområdet och i hela extremiteten som opererats. Hur omfattande svullnaden är och hur länge den varar är individuell. Ibland kan svullnaden vara kvar i flera månader. Kylbehandling och att upprepa övningen där du knyter näven flera gånger om dagen minskar svullnaden.

Ofta uppstår det blåmärken runt operationssåret eller på ett större område, men de försvinner av sig själva. Blåmärkena kan ömma och ibland tar det lång tid för dem att läka.

UPPFÖLJNING AV SÅRET

En normal läkning av sårområdet inkluderar rodnad och en hettande känsla som kan öka efter träning.

- Håll ett förband på såret fem dygn efter operationen. Om såret inte är torrt efter det, ska du skydda det med ett förband tills det är torrt.
- Byt vid behov ut förbandet – alltid med rena och tvättade händer.
- När det har gått fem dygn från operationen och såret är torrt behöver du inte längre skydda det med ett förband och du kan börja tvätta dig som vanligt.

BORTTAGNING AV AGRAFFER

Efter utskrivningen ska du boka en tid för borttagning av agraffer vid hälso- och vårdscentralen, hemsjukvården eller hos en privat serviceleverantör i din hemkommun. Du kan bada bastu när hålen efter agrafferna har dragit ihop sig, dock tidigast ett dygn efter att agrafferna har tagits bort.

HUR UNDVIKER DU INFEKTIONER I LEDPROTESEN?

Även i fortsättningen är det viktigt att sköta om hälsan och att förebygga och noga behandla infektioner. Infektioner kan spridas till ledprotesen via blodcirkulationen. Vi rekommenderar att du efter ledprotesoperationen sköter om såväl långvariga hudproblem som dina tänder och din munhälsa.

Om det planeras tandingrepp eller polikliniska endoskopiska eller andra ingrepp för dig, bör du informera den behandlande läkaren om ledprotesen.

PROBLEM?

Kontakta **tfn 03 311 715** om det uppstår problem i operationsområdet eller i följande fall:

- Du har ökad smärta, svullnad, rodnad eller en hettande känsla i sårområdet.
- Såret utsöndrar varigt sekret.
- Såret blöder mer.
- Din kroppstemperatur ligger på över 38 °C i mer än ett dygn.

Börja inte ta antibiotika mot besvär som har med läkningen av såret att göra innan en läkare från Coxa har bedömt behovet av behandlingen.



LÄKEMEDELSBEHANDLING

HUR ANVÄNDER JAG SMÄRTSTILLANDE LÄKEMEDEL?

Före din utskrivning ger sjukskötaren dig anvisningar om användningen av läkemedel hemma och de recept som du behöver. Använd smärtstillande läkemedel enligt anvisningen som du får tills dess att rörelseövningarna inte längre orsakar smärta.

De första veckorna efter utskrivningen ska du ta smärtstillande läkemedel med samma dos som på sjukhuset. Sätt ut smärtlindringen stegvis genom att testa en mindre dos. Behovet av smärtstillande läkemedel är mycket individuellt, och därför anges det inte exakt hur länge de används.

MAGHÄLSA

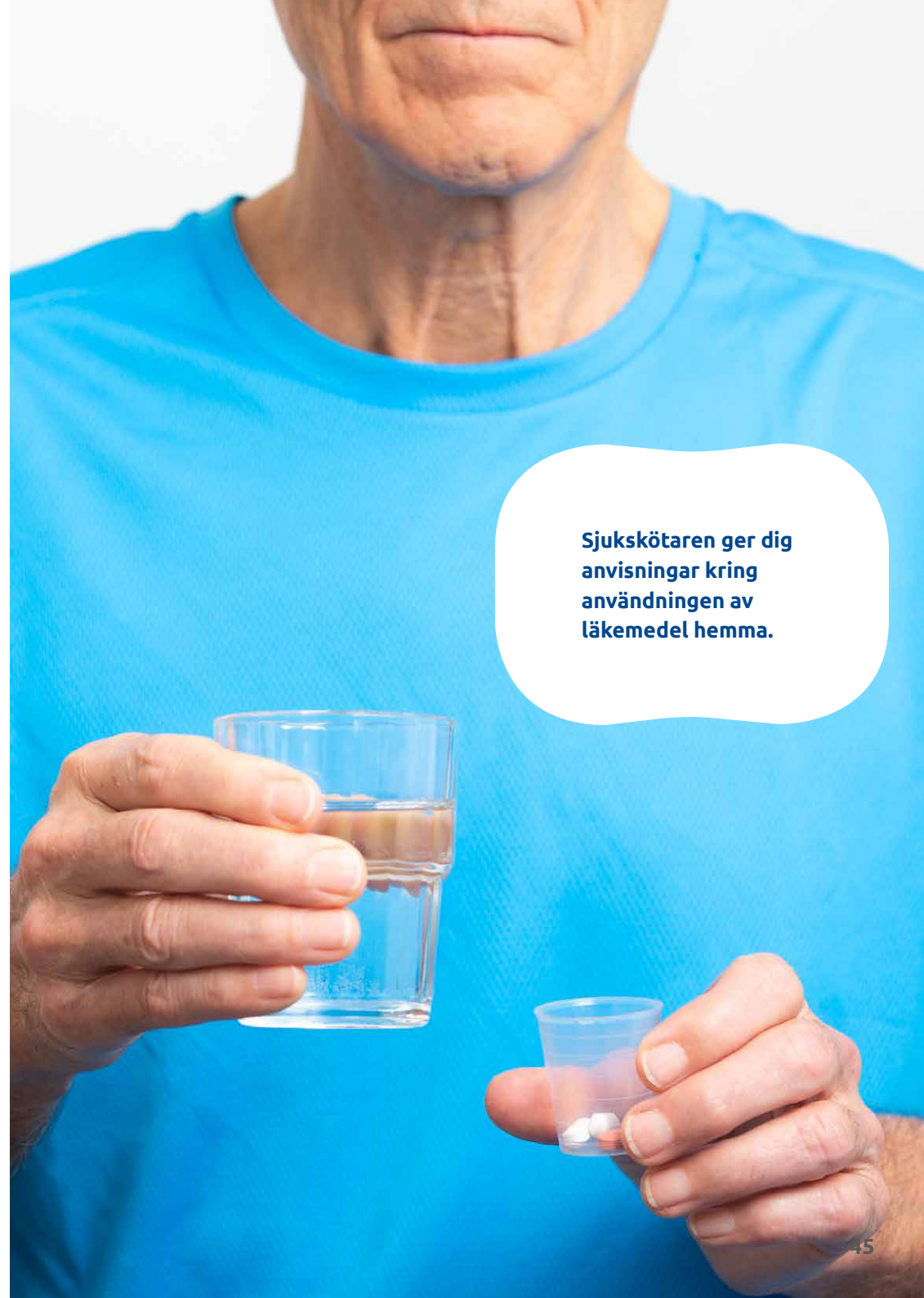
Läkemedel som skyddar magen används enligt receptet för att skydda kroppen mot stressen orsakad av operationen och användningen av smärtstillande läkemedel. Läkemedel som skyddar magen förebygger irritation av och skador på magsäckens slemhinna.

Användningen av smärtstillande läkemedel kan orsaka förstoppning. Fysisk aktivitet, fiberrik kost och tillräckliga mängder vatten främjar magens funktion. Vid behov kan du ta läkemedel mot hård mage som kan köpas på apoteket.

Kom med skötaren överens om när du börjar ta eller fortsätter ta dina egna läkemedel.



Sjukskötaren ger dig anvisningar kring användningen av läkemedel hemma.





EFTER OPERATIONEN

SÅRFÖRBAND

Använd ett förband på såret fram till ____ eller tills såret är torrt (uppföljning av såret, se sida 42).

BORTTAGNING AV STYGN

KONTROLLBESÖK

ANTECKNINGAR



*Din rehabilitering
följs upp
regelbundet.*

A blue-tinted photograph of two people running on a path in a park. The person in the foreground is wearing a dark long-sleeved shirt and dark pants, and is pulling their right leg forward. The person in the background is wearing a light-colored long-sleeved shirt and dark pants, also running. The background shows trees and a path.

Ledprotessjukhuset Coxa

Kundtjänst

03 311 715

Coxa Tammerfors

Ledprotessjukhuset ligger
på Tays område i Tammerfors:
Niveltie 4 (f.d. Biokatu 6 B) Tammerfors.

Coxa Helsingfors

Annegatan 32 A, 00100 Helsingfors.
Läkarcentralen Aava i Kampen.

L e d p r o t e s s j u k h u s

COXA

www.coxa.fi