

## Hyytelörakon (ganglion) poisto

**Hyytelörakko eli ganglio on paksun sidekudoksen reunustama ontelo, jonka sisällä on hyytelömäistä nestettä.** Se voi kehittyä nivelkapselin tai jännätupen pullistumisesta käden tai jalkaterän alueella. Hyytelörakko voi hävitä itsestään tai parantua punktion sekä kortisoni-injektion vaikutuksesta.

### Toimenpide

Oireita aiheuttava hyytelörakko pusseineen poistetaan, mikäli se ei muutoin parane. Toimenpide tehdään puudutuksessa. Osa ganglioista uusiutuu leikkauksen jälkeen.

### Kuntoutus

Käden turvotus hidastaa kudoksen paranemista ja aiheuttaa kipua. Sitä voidaan vähentää pitämällä **kättä kohoasennossa** yölläkin esim. tyynyn avulla, sormia liikuttelemalla ja kipulääkkeillä. Kättä voi käyttää vapaasti kivun sallimissa rajoissa kuitenkin siten, että leikkausalue annetaan olla levossa reilummalta rasitukselta haavan paranemisen ajan noin 2 viikkoa. Ranteen ääriasentoja tulee välttää ompeleiden poistoon asti, mikäli haava on ranteessa.

### Haavanhoito

Vuorokauden kuluttua leikkauksesta voi mennä suihkuun. Kaikki sidokset poistetaan. Ompeleet poistetaan 10-14 vuorokauden kuluttua terveyskeskuksessa, työterveyshuollossa tai neuvolassa (\_\_\_\_/\_\_\_\_ pvm ).  
Saunaan voi mennä vuorokauden kuluttua ompeleiden poistosta.

### Kivunhoito

**Kipulääkkeitä on hyvä ottaa säännöllisesti 1-4 vrk:n ajan** ja sen jälkeen tarvittaessa:  
Parasetamoli

---

Tulehduskipulääke

---

Vahva kipulääke

---

Muut lääkkeet

---

**Jälkitarkastusta** ei yleensä ole.

**Sairausloma** on noin 2 viikkoa riippuen työstä.

### Yhteydenotot

Tulehdusoireiden (yltyvä kipu, voimakas turvotus, kuumotus, punoitus, jatkuva haavaeritys) tai muun poikkeavan ilmaantuessa tulee ottaa yhteys terveyskeskukseen tai hoitavaan yksikköön:  
Päiväkirurginen yksikkö A2 arkisin klo. 07.00 - 17.00 puh. **(06) 323 1552**,  
Päivystyspoliklinikka muuna aikana puh. **(06) 323 1311tai**  
Oma terveyskeskus tai työterveyshuolto

**Toivotamme hyvää toipumista!**