

Ihonsiirto- ja ottokohdan kotihoito

Ihonsiirre

Haava paranee noin 2-3 viikossa. Ihonsiirre on ensimmäisten viikkojen aikana punertava ja muuttuu usein tummanpunaiseksi rasituksessa, etenkin siirteen ollessa ylä- tai alaraajassa. Ihonsiirtoalue vaalenee ja tasoittuu vähitellen. Noin kolmen kuukauden kuluttua se on vaalentunut lähes ympäröivän ihon väriseksi. Ihonsiirtokohta saattaa jäädä jonkin verran matalammaksi kuin ympäröivä iho.

Haavan hoito

Pese kädet huolellisesti ennen haavan hoitamista. Poista sidokset varovasti. Alimmaiseta sidokset lähtevät tarttuneesta ihonsiirteestä suihkuttamalla varovaisesti heikolla paineella tai kaatamalla vettä varovaisesti sidosten päälle. Siirrealuetta suihkutetaan varovaisesti pari minuuttia kädenlämpöisellä vedellä.

Puhdistuksen tarkoituksena on poistaa kuivunutta karstaa. Pesun yhteydessä sitä voi pehmentää ja irrottaa nestemäisellä neutraalilla saippualla. Pesun jälkeen ihonsiirre kuivataan kevyesti puhtaalla pyyhkeellä tai harsotaitoksella. Pesun jälkeen ihonsiirteelle on hyvä antaa ilmahoitoa eli olla ilman sidoksia levossa ollessasi.

Ihonsiirrealueen paikallishoito ja sidokset

Haavaerityksen loputtua hoidoksi pesun jälkeen riittää kevyt ja kosteuttava perusvoide tai ihoöljy. Säännöllinen hoito pitää ihonsiirteen joustavana, ehkäisee kuivumista ja lieventää kutinaa. Rasvauksen jälkeen ihonsiirteen voi jättää ilman sidoksia. Jos ihonsiirre on hankautumiselle alttiina olevalla alueella, se kannattaa suojata ensimmäisinä viikkoina pehmeällä haavatyynyllä. Ihonsiirre kestää hieman hankausta vasta noin 2-3 kuukauden kuluttua leikkauksesta. Siirteeseen saattaa jäädä pieniä, hitaasti paranevia alueita. Hoidoksi riittää useimmiten pesu ja avonaisten kohtien suojaus sidoksella, joka ei tartu haavaan. Joskus ihonsiirre alkaa kiristää ja ihoon muodostuu arpikiristystä rasvauksesta huolimatta, jolloin lääkäri arvioi arpihoidon tarpeellisuuden poliklinikkakäynnin yhteydessä.

Liikkuminen

Raajojen liikuttaminen määräytyy sen mukaan kuinka liikkuvalla alueella ihonsiirre on. Ihonsiirrealueelle ei saa kohdistua painetta tai venytystä ensimmäisten viikkojen aikana. Käytä makuulla ollessasi tyynyjä apuna sopivan asennon tukemiseksi.

Noin viikon kuluttua leikkauksesta lähes kaikki rauhalliset liikkeet ovat sallittuja. Saat istua vapaasti ja rauhallinen kävely on hyvä liikuntamuoto.

Makuulla ja istuessa pidä raajaa koholla tyynyjen päällä niin kauan kuin raajassa on turvotusta. Jos siirre on yläraajassa, pidä kättä liikkuessasi sydämen tason yläpuolella. Yläraajaa ei saa laskea alas eli ”roikottaa” kahden leikkauksen jälkeisen viikon aikana. Turvotuksen ehkäisyhoitona suositellaan kompressiosidosten käyttöä.

Saunominen ja kylpeminen

Saunominen on sallittua neljän viikon kuluttua. Kuumien löylyjen ottoa tulee välttää useita viikkoja, koska ihonsiirre ei hikoile samalla tavalla kuin terve iho. Uiminen on sallittua, kun haava on kokonaan parantunut.

Muuta huomioitavaa

Ihonsiirre on herkkä lämpötilan vaihteluille ja auringonvalolle ensimmäisten kuukausien aikana. Suojaa

ihonsiirre kohtisuoralta auringonvalolta vaalealla vaatteella sekä korkeasuojakertoimisella aurinkovoiteella. Lämmin vaatetus on paras suoja kylmyyttä ja viimaa vastaan.

Tupakoinnin on todettu hidastavan haavan paranemista ja rumentavan arpien ulkonäköä. Nikotiini supistaa ääreisverenkiertoa ja vaikeuttaa kudosten hapensaantia.

Sinulle on laitettu ihonsiirteen päälle haavasidoksena:

Haavasidos vaihdetaan seuraavan kerran ____/____

Ihonsiirteen rasvaamisessa sairaalassa käytettiin

Lisäohjeita

Ota yhteyttä hoitohenkilökuntaan

- jos ihonsiirrealueella kuumotus, turvotus, kipu tai pahanhajuinen märkäisen näköinen erite lisääntyy.
- jos sinulla on lämpöä yli 38 astetta.

Ihonotto kohta

Ihonotto kohta on ensimmäisten 2 - 4 viikon ajan tummansinertävä tai -punertava. Parantunut iho rikkoutuu herkästi hankauksesta. Väri vaalenee vähitellen ja ottokohta on lähes huomaamaton noin kolmen kuukauden kuluttua. Ottokohta ei rajoita liikkumista tai eri asennoissa olemista.

Sidosten poisto

Ottokohta peitetään yleensä läpinäkyvällä haavakalvolla tai muulla vettä läpäisemättömällä haavasidoksella, joka kestää suihkussa käynnin ilman erityistä suojausta. Sidosta ei tarvitse vaihtaa, jos eritettä ei ole tullut läpi ja sidos on pysynyt hyvin paikallaan. Jos ottokohta erittää runsaasti, suojasidos täytyy vaihtaa useammin.

Sinulle on laitettu ihonottokohdan sidokseksi

Ottokohdan sidos poistetaan ____/____

Sidosten poiston jälkeen parantunutta ottokohtaa hoidetaan perusvoiteella tai ihoöljyllä. Rasvaus ehkäisee ihon kuivumista, kiristystä ja kutinaa. Jos ottokohtaan jää pieniä, avonaisia, erittäviä alueita, ne tulee suojata haavaan tarttumattomalla sidoksella.

Ottokohta tulee suojata suoralta auringonvalolta vaatetuksella ensimmäisen vuoden aikana.

Lisäohjeita saat

osastolta, jossa olet ollut hoidettavana, puh. _____,
haavahoitajalta kirurgian poliklinikalta, puh. 06 323 1533 tai
omasta terveystieteiden keskukselta.