

Olkapään kiertäjälavosimen repeämä (Ruptura Rotator Cuff)

Olkaniveltä ympäröi usean lihaksen jänteistä muodostunut kiertäjälavosin eli rotator cuff. Kiertäjälavosimeen voi tulla repeämä kaaduttaessa loitonnetun käden varaan tai äkillisen nykäisevän rasituksen kohdistuessa olkapäähän. Kiertäjälavosimen osittaiset revähtymät voivat parantua oireettomiksi viikkojen-kuukausien kuluessa. Kiertäjälavosimen täydelliset repeämät useimmiten vaativat korjausleikkauksen.

Toimenpide

Toimenpide **tehdään puudutuksessa ja/tai nukutuksessa täyhystysleikkauksena**. Leikkauksessa jänteen repeämä korjataan ompelemalla. Tarvittaessa leikkausta jatketaan avoimesti isommasta haavasta.

Kuntoutus

Leikkauksen jälkihoito riippuu jänneaurion ommelsauman kireydestä. Pienissä jänneaurioissa riittää kantoside 4-6 viikon ajan. Suuremmissa repeämissä olkapäätä tuetaan vaurion laajuuden mukaan. Olkapään lopullinen kuntoutuminen tapahtuu kuukausien kuluessa leikkauksesta. Sormien, ranteen ja kyynärnivelen aktiiviset liikkeet aloitetaan heti leikkauksen jälkeen. Katso [kuntoutusohje \(pdf\)](#).

Haavanhoito

Suihkuun saat mennä vuorokauden kuluttua

A) poista taitokset ja siteet haavalta, laita uusi sidos haavalle suihkun jälkeen.

B)jos sinulla on kipupumppu, leikkausalue on pidettävä kuivana. Kipupumpun poiston jälkeisenä päivänä (3. vrk leikkauksesta) saat kastella myös leikkausalueen. Sidokset poistetaan ennen suihkuun menoa. **Jos olkapää on tuettu tiettyyn asentoon, kättä ei saa laskea pesujenkaan aikana alas, vaan se tulee olla tuettuna esim. muoveilla suojattujen tyynyjen avulla.**

Ompeleet poistetaan 10-14 vuorokauden kuluttua leikkauksesta terveyskeskuksessa, työterveyshuollossa tai neuvolassa (_____/____pvm). **Saunaan** voi mennä vuorokauden kuluttua ompeleiden poistosta. Oikea käden asento tulee huomioida.

Kivunhoito

Olkapään puudutus leikkausta varten on osa kivunhoitoa ja kestää useita tunteja, jopa iltaan asti. Leikkauksen lopussa voidaan laittaa olkapäähän ohut letku, johon yhdistetään puudutepumppu ([kts. kipupumpun ohje](#)).

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

Parasetamoli

Tulehduskipulääke

Vahva kipulääke

Muut lääkkeet

Olkapää voi olla turvoksissa leikkauksen jälkeen. **Kylmäpakkaukset ja kipulääkitys** vähentävät turvotusta ja kipua edistäen toipumista.

Jälkitarkastus lääkäriellä on 4-6 viikon kuluttua leikkauksesta.

Sairausloman tarve riippuu potilaan työstä sekä korjatun jänneaurion laajuudesta. Yleensä se on 2-3 kuukautta.

Yhteydenotot

Tulehdusoireiden (yltyvä kipu, voimakas turvotus, kuumotus, punoitus, jatkuva haavaeritys) tai muun ongelman ilmaantuessa tulee ottaa yhteys terveystieteiden keskuksen tai hoitavan yksikköön:

Päiväkirurginen yksikkö A2 arkisin klo. 07.00 - 17.00 puh. **(06) 323 1552**

Päivystyspoliklinikka muuna aikana puh. **(06) 323 1311**

Oma terveystieteiden keskus tai työterveyshuolto

Toivotamme hyvää toipumista!