



Regionaalhaigla

Veenilaiendite operatsioon

Miks opereerida

Kuidas valmistuda operatsiooniks

Operatsioonijärgne periood

Rõhksideme sidumine jalale

Ravisuka jalga panemine



MIKS OPEREERIDA

Veenilaiendid põhjustavad verevoolu aeglustumist veenides. Selle tagajärjel võivad tekkida vere- ringehäired ja kroonilised haavandid.

Veenilaiendite tekke põhjuseks peetakse kaasasündinud sidekoe nõrkust. Põhilised riskitegurid on pärilik soodumus, rasedus ja töö pidevalt seisvas või istuvas asendis, kuna see raskendab venoosse vere äravoolu jalgadest.

Veenilaiendite operatsioonil eemaldatakse nahalalused laienenud veenid. Pindmiste veenide eemaldamise järgselt toimub venoosse vere äravool jalast süvaveenide kaudu.

Teiega arutades otsustatakse operatsiooni ajal toimuva valutustamise meetod vastavalt operatsiooni mahule:

- üldnarkoos – patsient on teadvuseta ega tunne valu;
- kohalik tuimastus – valutustatakse ainult opereeritav piirkond;
- spinaalanesteesia – tuimastusainet süstitakse seljaajuvedelikku, ravimi toimel muutub alakeha 5–15 minuti pärast tundetuks. Mõne tunni vältel on häiritud ka jalgade liikuvus. Ravimi toime lakkamisel tundlikkus ja jalgade liikuvus taastub.

KUIDAS VALMISTUDA OPERATSIOONIKS

Operatsiooni eelselt on oluline Teie tervisliku seisundi hindamine. Enne operatsiooni võetakse vajadusel analüüsid ning teostatakse arsti määratud uuringud.

Anesteesia eelneb alati vestlus anesteesioloogiga – kui Teil on lisaküsimusi seoses anesteesiaga, siis esitage need julgelt vestluse ajal!

Teile antakse küsitlusleht, kuhu peate märkima täpsed andmed oma tervisliku seisundi kohta, varem põetud ja praegused haigused, hiljuti kasutatud ja praegu kasutatavad ravimid, ülitundlikkuse ravimite suhtes, varasemad operatsioonid ning harjumused (sportimine, suitsetamine, alkoholi tarvitamine jm).

Teavitage kindlasti anesteesiologi, kui Teil on varem esinenud probleeme või tüsistusi seoses anesteesiaga.

Operatsioonieelse päeva õhtul sööge kergemini seeditavat toitu ja jooge rohkem vedelikku. Ärge tarvitage alkoholi!

Manustage ainult neid ravimeid, mis on eelnevalt raviarsti või anesteesioloogiga kokku lepitud. Krooniliste haiguste ravimid võtke haiglasse kaasa.

NB! Operatsioonile võtke kaasa rõhkside, mida ühele jalale kulub vastavalt Teie kehakaalule 5–8 m.

Rõhkside on 10–12 cm laiune tugev ja elastne side, mida saab osta apteegi käsimüügist.

OPERATSIOONI PÄEVAL:

- 6 tundi enne operatsiooni ei tohi juua piima- tooteid ja viljalihaga mahla, süüa, närvida nätsu ega suitsetada! 4 tundi enne operatsiooni ei tohi juua ka vett! Kui olete hiljem söönud või joonud, võib mao sisu narkoosi ajal hingamisteedesse sattuda ja eluohtlikke tüsistusi põhjustada ning Teie tervise huvides tuleb operatsioon edasi lükata või ära jätta.
- Hommikul peske ennast duši all. Hambaid pes- tes püüdke vett mitte alla neelata!
- Vajadusel võtke sisse anestezioloogi lubatud või määratud ravim(id) 2–3 lonksu veega.
- Ärge jumestage end ega lakkige küüsi! Lakitud ja kunstküüned takistavad sõrmeotsa asetatava jälgimisanduri tööd. Vajadusel või- dakse eemaldada operatsiooni ajal küünelakk või kunstküüs.
- Pöörduge haigla registratuuri saatekirjal märgi- tud ajal.
- Enne operatsiooni peate allkirjastama nõusole- ku operatsiooni ja anesteesia läbiviimiseks.
- Enne operatsioonile minekut tuleb ümber riie- tuda haiglas antavasse operatsiooniriietusse.
- Jätke koju kõik ehted, rõngad, needid ja muud väärtesemed. Võtke ära ja andke osakonnas õe kätte prillid ja/või kontaktläätsed ning lahtised hambaproteesid.
- Käige enne operatsioonile minekut WCs!
- Kui Te kasutate kuuldeaparaati ja/või astma- inhalaatorit, siis võtke need operatsioonituppa kaasa.
- Enne operatsiooni raseeritakse opereeritav

kehapiirkond. Raseerimine peab toimuma vahetult enne operatsiooni, seda ei tohi teha eelnevalt kodus, et vältida haavapõletiku riski.

OPERATSIOONIJÄRGNE PERIOOD

- Narkoosijärgselt võib esineda pearinglust ja iiveldust.
- Haavavalu korral võtke valuvaigisteid.
- Püsti tõusta ja koju minna lubatakse üldjuhul samal päeval pärast operatsiooni.
- Ohutuks kojujõudmiseks kutsuge endale saat- ja vastu ning korraldage kojuminek autoga. **NB! Häiritud reaktsioonivõime tõttu ei tohi Te 24 tundi pärast anesteasiat (ka lühiajalist) juh- tida autot ega töötada seadmetega.**
- Nädala jooksul pärast operatsiooni ärge kasutage atsetüülsalitsüülhapet sisaldavaid ravimeid (nt Aspiriini).
- Jalal turse tekkimisel määrige turselisi koh- ti hepariini sisaldava geeliga, mida saate osta apteegi käsimüügist. Hepariini sisaldavat geeli kasutades taanduvad ka operatsioonijärgsed verevalumid jalgadel kiiremini.
- Esimestel operatsioonijärgsetel päeva- del vältige treppidest käimist ning jalgu liigutamata ühes asendis seismist või istumist. Kõndige mõned korrad päevas, korraga kuni 30 minutit. Järgnevatel päevadel suurendage aktiivsust järk-järgult. Puhake jalgu hommikul,

lõunal ja õhtul, tõstes jalad vähemalt üheks tunniks rindkerest kõrgemale (nt patjadele).

- Duši alla võite minna alates teisest päevast pärast operatsiooni, haavapiirkonda kuivatage kergelt tupsutades. Sauna ja vanni võib minna umbes 1 kuu pärast operatsiooni, kui haavad on paranenud.
- Haavaniidid eemaldatakse 12–14 päeva pärast operatsiooni Teie ravi- või perearsti juures.
- Töövõimetuse pikkus sõltub Teie tegevusalast ja kestab tavaliselt 1–3 nädalat.
- Pärast operatsiooni asetatakse jalale rõhkside. Rõhksidet tuleb kanda 2–3 päeva ööpäevaringselt ja edaspidi niitide eemaldamiseni ainult päeval. Pärast niitide eemaldamist võib rõhksideme asendada ravisukkadega, mis avaldavad samuti kudede vajalikku survet. Rõhksidet või ravisukkasid on soovitatav kanda vähemalt 2 kuud.
- Jalgade väsimuse ja uute veenilaiendite teke vältimiseks soovitatakse ka edaspidi kanda ravisukkasid. Eriti oluline on ravisukkade kasutamine siis, kui Teil tuleb palju istuda või seista. Ravisukkade tugevus on erinev ja nende valik sõltub Teie jalgade seisundist.

Tervisliku seisukorra järsul halvenemisel pärast operatsiooni pöörduge erakorralise meditsiini osakonda või kutsuge kiirabi.

Kui haavade piirkonnas ilmnevad põletiku tunnused: punetus, kuumus, valu tugevnemine, äkiline valu sääremarjas või eritis haavast, siis pöörduge perearsti või raviarsti poole.

Küsimuste korral ning lisateabe saamiseks pöörduge raviarsti või õe poole.

RÕHKSIDEME SIDUMINE JALALE



Jalga seotakse lamavas asendis. Alustage sidumist varvaste juurest nii, et varbad jääksid sideme alt välja. Sidumisel venitage sidet õrnalt, et see oleks kerge surve all.



Sidumisel jälgige, et iga järgmine kiht kataks alumist kihti 2/3 osas. Katke sidemega ka kand.



3.

Ühe sidemerulli lõppedes kinnitage side klambriga.



4.

Järgmise sidemerulliga alustades katke kõigepealt eelmise sideme lõpu koht. Katke sidemega ka põlv.



5.

Sideme lõpp kinnitage klambritega. Side peab olema seotud piisavalt kõvasti, et see alla ei libiseks.

NB! Side ei tohi pigistada ega tekitada jalas tuimustunnet.

RAVISUKA JALGAPANEK



1.

Pöörake ravisukk pahempidi, labajala osa jätke pööramata.



2.

Võtke sukk kätte asetades pöidlad suka sisse nii, et kand jääb keskele kahe pöidla vahele. Tõmmake sukk jalga nii, et kand asetub oma kohale.



3.

Tõmmake sukka 5 cm kaupa edasi, kuni sukk katab pahkluud.



4.

Tõmmake sukka parajate osade kaupa ülespoole.



5.



6.

NB! Sukkade jalgatõmbamisel võtke ära sõrmused, käekell ja -ketid. Pikkade küünete ja väga karedate käte puhul on soovitatav kasutada kummikindaid või õhukesi sõrmkandaid.

SOOVITUSED

Teie operatsioon toimub:

..... 20..... a.

Kell

Haiglasse tultes võtke kaasa:

- isikut tõendav dokument (ID-kaart, pass, juhiluba);
- saatekiri operatsioonile;
- ühe jala kohta 5–8 meetrit rõhksidet;
- vahetusjalatsid;
- krooniliste haiguste ravimid.

Haiglas viibimise eest tuleb Teil maksta omaosalustasu. Tasuda saab kohapeal sularahas või kaardimaksega. Vajadusel anname arve kaasa.

NB! Omaosalustasu ei võeta alla 18-aastastelt patsientidelt.

Koostanud:

SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla
J. Sütiste tee 19
13419 Tallinn
www.regionaalhaigla.ee
info@regionaalhaigla.ee

Kasutatud pildimaterjal:



BERLIN-CHEMIE
MENARINI