

Toimintaohjeet ennen invasiivisiä hoito- ja diagnostiikkatoimenpiteitä

Miehille

1. Leikkaukseen pitää valmistautua niin henkisesti kuin fyysisesti. Vilustumistaudit ja/tai kuume ovat vasta-aiheisia. Leikkausta edeltävän jakson aikana syntyneistä tai edellisten käyntien aikana mainitsematta jääneistä terveydenhäiriöistä on välittömästi ilmoitettava klinikalle. Terveydenhäiriöihin kuuluu myös allergia tai yliherkkyys mitä tahansa tai tilanteita kohtaan.
2. **Tupakointi** aiheuttaa joskus yleistilan heikentymisen lisäksi myös leikkauksenjälkeisiä veripahkoja ja vaikeuttaa haavan paranemista. Erityisesti heikentää tupakointi nenän, kurkun ja keuhkojen vastustuskykyä mätätulehduksia kohtaan ja suurentaa narkoosin sekä nenä- korva- ja kurkkuleikkauksiin liittyviä riskejä. Suosittelemme luopua tupakasta vähintään 4 kuukautta ennen suunniteltavaa leikkausta. **Tupakointi leikkauspäivällä on ehdottomasti kiellettyä!**
3. Jotkut vitamiinit voivat aiheuttaa leikkauksen jälkeen verenvuotoa, lisätä tulehdusvaaraa, kohottaa verenpainetta tai muuttaa verensokerin tasoa kehossa. Sen takia suosittelemme ennen leikkausta luopua alla mainituista vitamiineista, luonnonmukaisista ravintolisistä ja muista lääkkeistä vähintään kuukaudeksi. **Luovu seuraavista aineista:**

▶ Painonpudottamiseen käytettävät tuotteet	▶ Öljypohjaiset ravintolisät	▶ Lakritsa
▶ Kromi	▶ Valkosipuli	▶ Helokki
▶ Kaunopunahattu	▶ Inkivääri	▶ Melatoniini
▶ Efedraute	▶ Neidonhiuspuu	▶ Serenoapalmu
▶ Reunuspietaryrtti	▶ Ginseng	▶ Kuisma
▶ Pellavansiemenet	▶ Kava-pippuri	▶ Virmajuuri
		▶ E-vitamiini
4. Noudata konsultaatiossa saatuja ohjeita, jotka koskevat edeltäviä tutkimuksia: **verinäytteet** on annettava 2-3 viikkoa ennen leikkausta, jotta ehtisimme tarpeen tullen rikastaa elimistöäsi lääkkeillä tai muilla valmisteilla.
5. Kosmetologin suorittamasta kasvojen ihon puhdistuksesta, solariumista, tatuoinnista ja pigmentoinnista on oltava kulunut vähintään 2 viikkoa.
6. Rintojen leikkauksen potilaat voi tehdä viimeinen vaikea liikunta rintojen lihaksille 2 viikkoa ennen leikkausta.
7. Välttää aspiriini ja muut verenohennuslääkkeet, kuten Ibuprofeeni, Paracetamol tai Hjertemagnyl, vähintään viikkoa ennen leikkausta.

8. Viimeisestä **alkoholinkäytöstä** on leikkauspäivän aamuun mennessä oltava kulunut vähintään 48 tuntia. Alkoholi yhteisvaikutuksessa leikkauksen yhteydessä annostettavien lääkkeiden kanssa voi osoittautua vaaralliseksi.
9. Jos käytetään nukutusta (eli yleisanestesiaa) tai yhdistelmänestesiaa, mahalaukun on oltava tyhjä. **Kiellettyä on syödä vähintään 6 tuntia ja juoda vähintään 4 tuntia ennen leikkausta.** Omien ruokien ja juomien nauttiminen ei ole sallittua. Purukumin pureskelu aiheuttaa mahalaukun täyttymisen nesteellä ja on siksi kiellettyä vähintään 6 tuntia ennen leikkausta. Neste tarpeesi korvaa tiputus leikkauksen aikana. Mikäli käytetään paikallispuudutusta ei ole kohtuullinen syöminen ja juominen ennen leikkausta kielletty. Vahvojen kofeiinijuominen nauttimista leikkauspäivänä tulee kuitenkin välttää.
10. **Leikkauspäivän aamuna** on käytävä suihkussa ja pestävä pää. Älä käytä sitten kemiallisia hoitoaineita. Leikkaus päivällä ei saa käyttää hajusteita, kasvo- tai vartalovoiteita. Ihon on oltava terve ja ilman mätätulehduspesäkkeitä. Aja leikkausalueelta kaikki karvat (paitsi hiukset).
11. **Klinikalle tullessasi valitse vaatteet**, jotka pukeutumisen helpottamiseksi ovat edestä avattavat. Päänalueen kääreitä, mahdollisia verenpurkauksia ja turpoamia auttavat kotimatalla peittää sopivat vaatekappaleet (huppu, hattu) ja aurinkolasit.
12. Jätä kaikki **arvoesineet** kotiin, välttääksesi niiden katoamisen. Vartalosta on poistettava kaikki lävistetyt renkaat.
13. Ota mukaan henkilökohtaiset **hygieniatarvikkeet** ja hallussasi olevat **tutkimusvastaukset**.
14. Taksin asemasta suosittelemme käyttää kotimatkaan jonkun luottamushenkilön, sukulaisen tai ystävän apua. **Autolla ajo välittömästi leikkauksen jälkeen ei ole sallittu.**
15. Mikäli leikkauksesi terveys- tai muista syistä johtuen lykkääntyy tai täytyy perua, niin pyydämme ilmoittamaan meille tästä viipymättä. Leikkauksen peruuttamisesta **myöhemmin kuin 4 arkipäivää ennen leikkausta** ilman pätevää syytä, **pitää maksaa 500 euroa sopimussakko** (esitetyn laskun perusteella).
16. Huolehdimme sinusta sekä leikkauspäivällä että sen jälkeenkin niin hyvin kuin mahdollista.
17. Mikäli haluatte 5 päivää sairauslomaa, **ilmoittakaa siitä kirurgille välittömästi ennen leikkausta** käynnin yhteydessä.

Toimintaohjeet ennen invasiivisiä hoito- ja diagnostiikkatoimenpiteitä

Naisille

1. Leikkaukseen pitää valmistautua niin henkisesti kuin fyysisesti. Potilaalla ei saa olla leikkauksen aikana vilustumista, kuumetta, kuukautisia, eikä hän saa olla raskaana. Leikkausta edeltävän jakson aikana syntyneistä tai edellisten käyntien aikana mainitsematta jääneistä terveydenhäiriöistä on välittömästi ilmoitettava klinikalle. Terveystenhäiriöihin kuuluu myös allergia tai yliherkkyys mitä tahansa tai tilanteita kohtaan.
2. **Tupakointi** aiheuttaa joskus yleistilan heikentymisen lisäksi myös leikkauksenjälkeisiä veripahkoja ja vaikeuttaa haavan paranemista. Erityisesti heikentää tupakointi nenän, kurkun ja keuhkojen vastustuskykyä mätätulehduksia kohtaan ja suurentaa narkoosin sekä nenä- korva- ja kurkkuleikkauksiin liittyviä riskejä. Suosittelemme luopua tupakasta vähintään 4 kuukautta ennen suunniteltavaa leikkausta. **Tupakointi leikkauspäivällä on ehdottomasti kiellettyä!**
3. Jotkut vitamiinit voivat aiheuttaa leikkauksen jälkeen verenvuotoa, lisätä tulehdusvaaraa, kohottaa verenpainetta tai muuttaa verensokerin tasoa kehossa. Sen takia suosittelemme ennen leikkausta luopua alla mainituista vitamiineista, luonnonmukaisista ravintolisistä ja muista lääkkeistä vähintään kuukaudeksi. **Luovu seuraavista aineista:**

▶ Painonpudottamiseen käytettävät tuotteet	▶ Öljypohjaiset ravintolisät	▶ Lakritsa
▶ Kromi	▶ Valkosipuli	▶ Helokki
▶ Kaunopunahattu	▶ Inkivääri	▶ Melatoniini
▶ Efedraute	▶ Neidonhiuspuu	▶ Serenoapalmu
▶ Reunuspietaryrtti	▶ Ginseng	▶ Kuisma
▶ Pellavansiemenet	▶ Kava-pippuri	▶ E-vitamiini
4. Noudata konsultaatiossa saatuja ohjeita, jotka koskevat edeltäviä tutkimuksia: **verinäytteet** on annettava 2-3 viikkoa ennen leikkausta, jotta ehtisimme tarpeen tullen rikastaa elimistöäsi lääkkeillä tai muilla valmisteilla.
5. Hiusten värjäyksestä, kehon kemiallisesta kuorinnasta, kosmetologin suorittamasta kasvojen ihon puhdistuksesta, solariumista, tatuoinnista ja pigmentoinnista on oltava kulunut vähintään 2 viikkoa.
6. Rintojen leikkauksen potilaat voi tehdä viimeinen vaikea liikunta rintojen lihaksille 2 viikkoa ennen leikkausta.

7. **Välttää** aspiriini ja muut verenohennuslääkkeet, kuten Ibuprofeeni, Paracetamol tai Hjertemagnyl, vähintään viikkoa ennen leikkausta.
8. Viimeisestä **alkoholinkäytöstä** on leikkauspäivän aamuun mennessä oltava kulunut vähintään 48 tuntia. Alkoholi yhteisvaikutuksessa leikkauksen yhteydessä annostettavien lääkkeiden kanssa voi osoittautua vaaralliseksi.
9. Jos käytetään nukutusta (eli yleisanestesiaa) tai yhdistelmänestesiaa, mahalaukun on oltava tyhjä. **Kiellettyä on syödä vähintään 6 tuntia ja juoda vähintään 4 tuntia ennen leikkausta.** Omien ruokien ja juomien nauttiminen ei ole sallittua. Purukumin pureskelu aiheuttaa mahalaukun täyttymisen nesteellä ja on siksi kiellettyä vähintään 6 tuntia ennen leikkausta. Neste tarpeesi korvaa tiputus leikkauksen aikana. Mikäli käytetään paikallispuudutusta ei ole kohtuullinen syöminen ja juominen ennen leikkausta kielletty. Vahvojen kofeiinijuominen nauttimista leikkauspäivänä tulee kuitenkin välttää.
10. **Leikkauspäivän aamuna on käytävä suihkussa ja pestävä pää. Älä käytä sitten kemiallisia hoitoaineita.** Leikkauspäivällä ei saa käyttää meikkiä, parfyymeja, kasvo- tai vartalovoiteita. Ihon on oltava terve ja ilman mätätulehduspesäkkeitä. Et saa käyttää sinistä tai punaista kynsilakkaa. Varmistu, että kummankin käden yksi kynsi on kauttaaltaan lakkaamaton. Poista tekoricripset. Aja leikkausalueelta kaikki karvat (paitsi hiukset).
11. Klinikalle tullessasi valitse **vaatteet**, jotka pukeutumisen helpottamiseksi ovat edestä avattavat. Päänalueen kääreitä, mahdollisia verenpurkauksia ja turpoamia auttavat kotimatalla peittää sopivat vaatekappaleet (huppu, hattu) ja aurinkolasit.
12. Jätä kaikki **arvoesineet** kotiin, välttääksesi niiden katoamisen. Vartalosta on poistettava kaikki lävistetyt renkaat.
13. Ota mukaan henkilökohtaiset hygieniatarvikkeet ja hallussasi olevat tutkimusvastaukset.
14. Taksin asemasta suosittelemme käyttää kotimatkaan jonkun luottamushenkilön, sukulaisen tai ystävän apua. **Autolla ajo** välittömästi leikkauksen jälkeen ei ole sallittu.
15. Mikäli leikkauksesi terveys- tai muista syistä johtuen lykkääntyy tai täytyy perua, niin pyydämme ilmoittamaan meille tästä viipymättä. Leikkauksajan peruutuksista **myöhemmin kuin 4 arkipäivää ennen leikkausta ilman pätevää syytä peritään 500 euron sopimussakko** ja siitä toimitetaan Teille lasku.
16. Huolehdimme sinusta sekä leikkauspäivällä että sen jälkeenkin niin hyvin kuin mahdollista.
17. Mikäli haluatte **5 päivää sairauslomaa, ilmoittakaa siitä kirurgille** välittömästi ennen leikkausta käynnin yhteydessä.