

# Invasiivisten hoito-diagnostiikkatoimenpiteiden jälkihoito-ohjeet

## Kasvokirurgia

1. **Leikkauspäivänä** on noudattava vuodelepoa. Kiellettyjä ei ole kuitenkin istua ja tarpeen tullen mennä toilettiin tai kylpyhuoneeseen. Siitä huolimatta vaaditaan sairaanhoitajan läsnäolo ensimmäisen 12 tunnin aikana toimenpiteen jälkeen.
2. **Kaksitoista ensimmäistä tuntia** leikkauksen jälkeen on vietettävä klinikalla. Tämän jälkeen potilas voi mennä kotiin, missä hän seuraavat 24 tuntia ei saisi olla yksin. Katsomme ehdottoman tarpeelliseksi apulaisen/hoitajan mukanaoloa. Suositeltava on auton (kuljettajan kanssa) saatavuus 15–20 min sisällä. Minkä tahansa terveysongelman ratkaisee hoitava lääkäri tai klinikamme päivystävä lääkäri. Mikäli meidän hoitavaa lääkäriä, päivystävää lääkäriä tai klinikan johtajaa jostain syystä ei onnistu tavoittamaan, on yhtäkkiä tai nopeasti syventyvän terveyshäiriön sattuessa mitä pikimmiten hälytettävä ambulanssi/auttajat.
3. Ensimmäisen viikon aikana tulee **rajoittaa syömistä**, ja suosia helposti sulatettavia ruoka-aineita. Juo runsaasti. Ruoan ei saisi olla liian hapan, suolainen, kuuma, pistävä, paakkuinen jne. On syötävä sitä, minkä nieleminen on tuskattomin. Älä juo soodajuoja.
4. Hoito-diagnostiikkatoimenpiteiden luonteesta riippuen saattaa kasvoilla esiintyä **turvotusta ja verenpurkaumia**. Toisena päivänä turvotus voi olla jopa suurempi kuin välittömästi leikkauksen jälkeen. Kasvoleikkauksen jälkeen on vähäinen verinen erityös nenästä ensimmäisen 12 tunnin aikana luonnollista. Usein käytetään erilaisista materiaaleista sekä tekomateriaaleista valmistettuja dreeni- ja tukivälineitä. Niiden tehtävänä on seisauttaa vuoto ja suojata haavoja. Kasvoleikkauksen jälkeen on enintään 14 päivän aikana käytettävä tukevaa naamiota tai sidettä.
5. **Neljän ensimmäisen päivän aikana on kielletty kaikenlainen fyysinen askartelu**. Rauhallinen kotilepo on ehdotonta. Yleisvointi alkaa parantua 4. leikkauksen jälkeisestä päivästä lähtien. Jos toimenpidettä seuraavien haittojen väheneminen hoidetulla alueella pysähtyy tai syntyy muita vaivoja, on tästä heti tiedottava klinikalle. Kiellettyjä ovat kaikki toiminnot, jotka voivat lisätä kipua tai estää haavojen parantumista. On myös vältettävä pää alaspäin asentoa, jotta vähenisi mahdollisten uusien turvotusten syntymisen vaara kasvojen ja kaulan alueella.
6. **Suihkuun** voit mennä leikkauksen tyypistä riippuen 4.-7. päivänä leikkauksen jälkeen. Ennen suihkun ottoon poistettava tukevat siteet ja naamiot. Hiusten pesuun ei saa käyttää palsamia, jotta se ei joutuisi haavan alueelle. Rupeutumia ja lankoja ei saa poistaa "kaivelemalla". Tämä voi aiheuttaa vereneritystä ja haavan komplikaation kautta myös ulkoisia deformaatioita. Tarkemmat ohjeet ja tarvittavat apukeinot saat klinikaltamme.

7. Mikäli käytät **silmälaseja**, niitä ei saisi leikkauksen jälkeen käyttää parin viikon aikana. Piilolinsejä voit käyttää 10. leikkauksen jälkeisestä päivästä alkaen. Välttyäksesi mahdollisilta silmätulehduksilta kosteuta silmiäsi silmätipoilla, jotta silmät eivät kuivuisi leikkauksen aiheuttamien turvotusten takia ja ei muuttuisi tulehdukselliseksi. **Langat on poistettava** 5–7 päivän kuluttua. Varaa siihen aika hyvissä ajoin.
8. Leikkauksen jälkeen sinulle määrätään **antibioottikuuri**, yleensä sen kesto on 6 päivää. Ensimmäisen suihkunoton jälkeen haavat ei saisi enää vuotaa. Mikäli **haavoista** tihkuu mitä tahansa eritettä tai ruumiinlämpö nousee yli 38 °C, käänny heti yhteyshenkilösi puoleen.
9. **Tupakointi** on ensimmäisen 10 vuorokauden aikana epäsuotavaa, sillä se saattaa kääntää haavojen parantumiseen liittyvän sidekudosreaktion epäsuotuisaan suuntaan.
10. **Auringonotto (myös solarium), sauna, suuri fyysinen kuormitus ja alkoholi** voivat epäsuotavasti vaikuttaa koko sidekudoksen valmistumisen (arpeutumisprosessin) ajan. Seurauksena saattaa olla liiallisen arpikudoksen muodostuminen. Riskivaihe kestää noin puoli vuotta. Erittäin ratkaiseva on ensimmäinen kuukausi, jonka aikana on täysin kielletty kaikki edellä mainittu, samoin viipyminen uima-altaassa ja vieraisissa suihkutiloissa.
11. Kuukauden ajan on luovuttava **kasvoille vaarallisista urheilulajista** ja harrastuksista. **Kasvotrauman sattuessa käänny heti klinikkaan.**
12. **Arvet** ovat leikkauksen jälkeisessä parantumisvaiheessa punaiset ja näkyvät. Mutta älä joudu paniikkiin – se on normaali prosessi. 6 kuukauden – 1 vuoden kuluttua arpi muuttuu vaaleaksi ja pehmeäksi. Tässä ajanjaksossa arvet on suojattava UV-säteilyltä (solarium, aurinko) – se aiheuttaa tuoreessa arvessa pigmenttihäiriöitä.
13. **Hyvä kontakti hoitolaitoksen yhteyshenkilön ja potilaan välillä** mahdollistaa lyhyessä ajassa ja vähäisellä energiakulutuksella ratkaista ongelmasi. Huolehdi siitä, että olet nopeasti tavoitettavissa myös leikkauksen jälkeisessä vaiheessa ja tule ehdottomasti jälkikäynnille 2. viikolla ja 3. kuukaudella. Mikäli yhteystietosi muuttuvat, ilmoita siitä klinikalle välittömästi.