

LABAJALA OPERATSIOONID

Teave patsiendile

Käesoleva infolehe eesmärk on tutvustada patsiendile labajala operatsioone ning anda kasulikke soovitusi operatsioonieelseks ja –järgseks perioodiks.

Labajala operatsioon teostatakse juhul, kui patsiendi labajala deformatiivsed muutused põhjustavad talle raskusi igapäevaeluga toimetulekul (valu, liikumisprobleemid, ei saa kanda jalatseid). Operatsiooni eesmärgiks on leevendada valu ja korrigeerida deformatsiooni.

Ainult kosmeetilisel näidustusel labajala operatsioone üldjuhul ei tehta, sest operatsiooniriskid ületavad võimalikku kasu.

Operatsiooni keerukus ja protseduuri kestus sõltub deformatsiooni ulatusest, see võib varieeruda 20 minutist kuni 3 tunnini.

Enamasti on tegemist operatsiooniga luudel, mis sisuliselt tähendab kunstliku luumurru tekitamist, mille kokku kasvamiseks kulub minimaalselt 4 nädalat (teatud juhtudel ka 8–12 nädalat). Kogu labajalg taastub keskmiselt 3–4 kuuga.

Enne haiglasse tulekut

Et saavutaksime optimaalse tulemuse, on patsiendil vaja ennast operatsiooniks korralikult ette valmistada.

❖ **Põletike ravi** - Oluline on jälgida, et operatsiooni toimumise ajal ei esineks nahavigastusi (lõhed varvaste vahel ja kandadel, haudumus, mädavistrikud, haavandid) ega küünte seenhaigust. Operatsiooni ei tehta ägedate haiguste (angiin, nohu) korral. Välja peavad olema ravitud ka kroonilised hambajuurealused põletikud.

❖ **Kaasuvate haiguste ravi** ei pea üldjuhul operatsioonile tulles katkestama. Operatsiooni toimumise ajaks peavad kõik kroonilised haigused olema kompensatsioonistaadiumis.

❖ **Oluline on jalgade hügieen**- lõigatud varbaküüned, eemaldatud küünelakk, hoolitsetud ja puhtad jalad. Ka sõrmeküüntelt tuleb haiglasse tulles küünelakk eemaldada.

❖ Uuringud ja analüüsid

Operatsioonile eelneval nädalal palume Teil anda vereanalüüsid, teha elektrokardiogramm ja käia anestesioloogi vastuvõtul. Vereanalüüsi- ja EKG saatekirja annab Teile ortopeediakabineti õde. Tema broneerib ka aja anestesioloogi vastuvõtule, väljastab anesteesia küsitluslehe, mis sisaldab teavet operatsiooni valutustamise võimalustest. Küsimustele Teie tervisliku seisundi kohta vastake palun täpselt. Nii saab narkoosiarst valida Teile sobivaima valutustamise meetodi.

Ortopeediakabineti õde võtab Teiega telefoni teel ühendust üks kuu enne operatsiooni. Nädal enne operatsiooni kutsub oma vastuvõtule. Väljastab operatsiooniga seotud dokumendid (vereanalüüsi-EKG saatekiri, raviprotseduurist ja keerulisest invasiivsest tervishoiuteenusest teavitamise ja selle osutamiseks nõusoleku vorm), nõustab labajala operatsiooniga seotud küsimustes.

Tulles operatsioonile

SA Pärnu Haiglasse **plaanilise haiglaravile** tulles peab patsiendil olema eriarsti saatekiri.

Patsiendil palume saabuda haiglasse vastavalt saatekirjale märgitud kuupäeval ja kellaajal.

Haiglasse tulles peab kaasas olema:

- ❖ eriarsti saatekiri;
- ❖ isikut tõendav dokument (pass, ID-kaart, juhiluba);
- ❖ isiklikud hügieenitarbed;
- ❖ toasussid, soovi korral pidžaama, dressid või hommikumantel;
- ❖ igapäevaselt tarvitavad ravimid (originaalpakendis), insuliinisüstlad, inhalaator(id);
- ❖ vajaminevad abivahendid, kuuldeaparaat;
- ❖ eelnevate uuringute andmed ja nõusolekuvormid, kui need on olemas.

Operatsioonile tulija meespea:

- ❖ Patsientide riideid hoitakse palatites asuvates riidekappides.
- ❖ mitte süüa 6 tundi ja mitte juua 4 tundi enne planeeritavat operatsiooni, operatsioonipäeva hommikul on keelatud suitsetada;

- ❖ enne operatsiooni tuleb ära jätta või asendada verd vedeldavad ravimid – pidage nõu ravimi määranud arstiga;
- ❖ teavitage kirurgi varakult kõikidest ravimitest, mida tarvitate, samuti ägedatest haigustest, krooniliste haiguste ägenemistest ja mädapõletikest mistahes kehapiirkonnas, sealhulgas hambamädanikest;
- ❖ operatsioonipäeval ei tohi patsiendil esineda ägedat haigestumist (eelkõige viirushaigused). Haigestumise korral palume sellest koheselt teavitada ning vajadusel leppida kokku uus operatsiooniaeg;
- ❖ operatsioonipäeva hommikul peske end duši all. Hambaid pestes ärge neelake vett alla;
- ❖ operatsioonipäeva hommikul võtke väikese koguse veega vajalikud südame- ja vererõhurohud;
- ❖ operatsioonile tulles riietuge mugavalt, valige madala kontsaga jalanõud;
- ❖ palume mitte kaasa võtta suurt rahasummat ja väärtesemeid. Kui Teil on mingil põhjusel kaasas väärtesemed, raha, dokumendid vms, palume need anda valveõe kätte seifi hoiule;
- ❖ enne operatsioonile minekut võtke ära prillid ja kõik ehted (kõrvarõngad, kaelaketid, sõrmused, nabaneeet jms);
- ❖ eemaldatavad hambaproteesid tuleb jätta palatisse (selleks on ette nähtud tops, mille saate haiglast);
- ❖ enne operatsiooni riietatakse Teid operatsioonisärki ja viiakse voodiga operatsioonituppa;
- ❖ haiglast lahkumise planeerimisel arvestage ka operatsioonijärgse taastumisajaga.

Haiglas viibimise aeg

- ❖ Patsient kirjutatakse haiglast välja 1. või 2. päeval pärast operatsiooni.
- ❖ Transpordi haiglast lahkumiseks peate ise organiseerima.

Operatsiooni valutustamine

Labajala operatsioonil kasutatakse valutustamiseks enamasti spinaalanesteesiat (nn seljasüsti). Selle tulemusena kaob alakeha valutundlikkus ja võime jalgu liigutada, kuid Teie olete samal ajal ärkvel. Teie soovi korral on lisaks võimalik manustada rahusteid, mis vähendavad operatsiooniaegset närvipinget. Erandjuhtudel võib osutada vajalikuks sooritada operatsioon üldnarkoosis.

Hea on teada

- ❖ **žguti kasutamine** – operatsiooni ajal asetatakse žgutt kas säärele või reiele. Mõnikord võib sellest jääda valulik aisting või nahaalune verevalum. Žguti eesmärk on muuta opereeritav piirkond operatsiooni ajaks verevabaks, mis võimaldab ortopeedile vaatevälja ning vähendab verekaotust. Enamik operatsioone saab teha ka ilma žgutita, kuid sel juhul pikeneb operatsiooniaeg.
- ❖ **metallist fiksaatorid** – luunihutuse fikseerimiseks kasutatakse metallist fiksaatoreid. Ajutise iseloomuga fiksaatorid paigaldatakse patsiendile mõneks nädalaks. Püsiva iseloomuga fiksaatorid (näiteks luukruvid, plaadid, ankrud) eemaldatakse ainult konkreetsete kruvist tulenevate kaebuste tekkimisel.

Pärast operatsiooni haiglas

- ❖ Palatis paigutatakse opereeritud jäse patjadele kõrgemasse asendisse.
- ❖ Et vähendada operatsioonijärgse turse tekkimist ja leevendada sellest tulenevat valu, asetatakse opereeritud jalalabale jääkott.
- ❖ Valu vastu määrab anestezioloog valuvaigistid. Tugevam jalavalu möödub 2-3 päevaga.

Operatsioonijärgne päev

Hommikul vaadatakse koos raviarstiga Teie haav üle ja seotakse see uuesti. Liikumiseks kasutatakse spetsiaalset jalanõud (ortoosjalats) ja vajadusel ka küünarkarke (vajaduse otsustab raviarst). Pärast operatsiooni on võimalik ortopeedia osakonnast osta spetsiaalne operatsioonijärgne jalanõu ning rentida küünarkargud. Karke kasutatakse 2-6 nädalat, olenevalt operatsiooni mahukusest ja luude kvaliteedist.

Spetsiaalset jalanõud kantakse ainult kõndimisel, sõltuvalt operatsioonist, 6-8 nädalat.

Pärast operatsiooni kodus

Kodus on eriti esimesel nädalal oluline jälgida õiget režiimi.

Puhkeasendis hoida jalga puusaliigese tasapinnast pisut kõrgemal (voodis või toolil patjadel), külmakotid peal. Operatsioonijärgne turse püsib tavaliselt 3-4 kuud ja võib tekkida ka hiljem (umbes aasta jooksul) koormuse muutumisel.

Ainult voodirežiim ei ole soovitatav, sest see tõstab oluliselt eluohtliku tüsistuse, sääre süvaveenide tromboosi tekke riski. Riski maandamiseks on soovitatav ja lubatud toas 10–15 minuti kaupa **spetsiaalsaapaga** liikuda, jalale võib toetuda kuni 5 kg raskusega, kui opereeriv arst ei ole andnud teistsugust korraldust. Teisel nädalal pärast operatsiooni võib liikumiskoormust oluliselt suurendada ja sobivate ilmade ning kaitsejalanõu olemasolul minna õue jalutama.

Spetsiaalse saapaga tuleb käia kuni kuus nädalat.



❖ **Pesemine** - Pesta on lubatud voolava vee all 72 tundi operatsioonist. Vann, saun, ujumine on keelatud kuni haavaniitide eemaldamiseni.

❖ **Haavade paranemine** - Haavade paranemist jälgitakse sidumise käigus. Haavade ootuspärasel paranemisel vahetatakse sidet 2-3 päeva tagant. Haavaniidid eemaldatakse 2-2,5 nädala möödudes.

Paranenud haava tunnusteks on:

- ❖ kokku kasvanud haavaservad;
- ❖ punetuse, eritise ja koorikute puudumine.

Vajadusel saab raviarst määrata Teile koduõendusteenuse. Sellisel juhul käib koduõde Teil kodus operatsioonihaava sidumas, nõustab Teid ning eemaldab haavaniidid haava paranemisel.

Mõnikord paigaldatakse operatsioonil 1-4 nädalaks 2.-5. varbasse metallvardad, mis eemaldatakse sidumisel. Metallvarda ots peab olema põletiku vältimiseks kogu aeg sidemega kaetud. Varraste eemaldamine on pigem ebamugav kui valus ja protseduur eraldi valutustamist ei vaja.

Iga päev tuleb teha taastusharjutusi vähemalt 20 minutit kolm korda päevas.

Spetsiaalse jalanõu kasutamise vajaduse lõppedes võib proovida sõita rattaga ja ujuda. Kepikõnd, jooks, hüppamine ja murdmaasuusatamine on lubatud pärast normaalse kõndimisvõime taastumist ligikaudu 4-6 kuud pärast operatsiooni. Sportimisel võib opereeritud labajalga koormata kuni valuni.

Tavajalatsit saab hakata kandma 6-8 nädala möödudes operatsioonist. Labajala paistetuse vähenemiseni ja operatsioonipiirkonna valu taandumiseni on soovitatav kasutada normaalmõödust veidi suuremat ja pehmet jalatsit. Tavapärase jalatsi kandmine võib osutuda võimalikuks alles 3-4 kuud peale operatsiooni.

Edaspidi soovime vältida kõrge kontsaga kingi (kontsa kõrgus võib olla maksimaalselt 4 cm, kuid parim on 2 cm).

Ühistranspordiga sõita ja autot juhtida saab umbes 6-8 nädalat pärast operatsiooni.

Võimalikud tüsistused

Võimalikele tüsistustele pärast operatsiooni viitavad järgmised tunnused:

- ❖ valu oluline suurenemine
- ❖ kõrge palavik
- ❖ turse
- ❖ eritus operatsiooni haavast
- ❖ varvaste naha punetus või sinakus
- ❖ varba liikumisulatus oluline vähenemine

Järelekontroll

Olenevalt operatsiooni tüübist teavitatakse Teid ka hilisemate järelekontrollide vajadusest. Aja määrab Teid opereerinud arst.

Infotelefonid

SA Pärnu Haigla ortopeediaosakonna sekretär	447 3425
SA Pärnu Haigla ortopeediaosakonna vanemõde	447 3404
SA Pärnu Haigla ortopeediaosakonna juhataja	447 3424
SA Pärnu Haigla ambulatoorse kirurgia vanemõde	447 3440
SA Pärnu Haigla ambulatoorse ortopeediaosakonna õde-nõustaja	447 3421

Kui Teil pole võimalik määratud kuupäeval operatsioonile tulla, palume sellest koheselt teatada telefonil **447 3425** või **447 3426**.

Kasutatud kirjandus: <https://www.keskhaiгла.ee/juhendid/labajalavoldiktrykki.pdf>

https://www.itk.ee/upload/files/Patsiendi-infomaterjal/ITK399_Labajala_operatsioonid.pdf

Koostatud: Kirurgiakliinik, vastutav vanemarst Aldin Talving, oktoober 2019

Ajakohastatud august 2023