

Käesolev infoleht on Teile antud seepärast, et Teil esinevad puusa- või põlveliigeses väljendunud muutused ning Te peaksite kaaluma liigese vahetamise operatsioonile (liigese endoproteesimisele) minemist.

Liigese endoproteesimise operatsioon tehakse juhul, kui liiges on moondunud, selle liikuvus piiratud ning esineb pidev valu, mis ei allu enam ravimitele ega taastusravile. Operatsiooni eesmärk on parandada liigese liikuvust ja vähendada liigese kulumisest tingitud valu nii, et oleks võimalik igapäevaste tegevustega toime tulla.

Infomaterjal annab Teile ülevaate raviteekonnast. On vajalik, et mõistaksite operatsioonile eelnevaid ja järgnevaid tegevusi. Kui olete andnud enda nõusoleku, alustame operatsiooniks ettevalmistamist.

Operatsioonile eelnevalt

Perearst kontrollib Teile tervist, teeb vajadusel uuringuid ning korrigeerib senist ravi nii, et Teile tervislik seisund võimaldaks läbi viia suuremahulist operatsiooni.

✓ Operatsiooni toimumise ajaks on vajalik välja ravida ka kõik kroonilised ja ägedad põletikud ning muud haigused. Kuna suurte metallist tehisiigeste puhul esineb suur põletiku tekkimise risk, siis põletikuliste esinemine organismis on operatsiooni vastunäidustuseks.

✓ **Operatsioonile pääsemiseks peab Teile kehamassiindeks olema väiksem kui 40.** Lisakaal on koormuseks uuele

liigesele ning soodustab trombide ja põletiku tekkimist.

Kui Teile tervis on korras, Teil ei esine vastunäidustusi ning ka täidetud Oxfordi küsimustiku skoor viitab näidustusele operatsiooniks, siis informeerib perearst opereerivat raviasutust **e-konsultatsiooni teel**.

✓ **Ortopeed** võtab Teile ravi üle, hindab samuti liigese endoproteesimise operatsiooni vajadust, Teile valmisolekut, vormistab saatekirja operatsioonile ning suunab Teid edasi ortopeedia õe juurde.

✓ **Ortopeedia õde** on alates operatsiooni järjekorda lisamisest kuni 1 aasta möödumiseni operatsioonist Teile peamine kontaktisik, kes jälgib Teile tervist ja annab juhiseid edasiste tegevuste ja operatsiooni kohta.

✓ Esimene ortopeedia õe vastuvõtt toimub ligikaudu 180 päeva enne operatsiooni. Teine ortopeedia õe vastuvõtt toimub kuni 14 päeva enne operatsiooni. Teine vastuvõtt võib toimuda ka kaugvastuvõtuna.

✓ **Te peate külastama ka hambaarsti.** Erilist tähelepanu vajavad hambapõletikud, mis suurendavad operatsioonijärgse põletiku ohtu. Põletikuliste hammaste operatsioonieelne ravi on tüsistuste vältimise tähtis eeltingimus. Suuõõnes teostatud protseduuride (nt. hamba väljatõmbamine) ja endoproteesimise operatsiooni vahe peab olema vähemalt üks kuu ning operatsiooni hetkeks peavad suus olevad haavad täielikult paranenud. Põletikuriske välistava hambaravi saamiseks on Teil õigus saada kahe aasta jooksul kõrgemas määras hambaravihüvitist (kuni 85 eurot aastas).

Haiglaravi periood ja transport

- ✓ **Haiglas saate Te viibida pärast operatsiooni 3-4 päeva** ning seejärel lubatakse teid kodusele ravile.

Leppige eelnevalt kokku, **kes abistab Teid kodus** igapäevastes tegevustes. Kui Teie lähedastel sellist võimalust ei ole, siis saate pöörduda elukohajärgse sotsiaaltöötaja poole.

- ✓ Pärast operatsiooni **tuleb kõndimisel kasutada karke 6-8 nädalat.**

- ✓ Enne haiglasse tulekut peate välja selgitama, **kes Teid pärast haiglaravi koju viib.** Haiglal ei ole patsientide transpordi võimalust. Haiglast koju saate sõita tavalise autoga, istudes juhi kõrvalistmel.

- ✓ **Auto juhtimine Teil endal ei ole lubatud** enne 8 nädala möödumist operatsioonist.

Pärast operatsiooni

- ✓ Kogu endoproteesimise raviteekonna vältel jääb Teie **kontaktisikuks ortopeedia õde**, kes määrab Teile kontrollile tulemise ajad ja võtab vastavalt plaanile Teiega ise ühendust.

- ✓ Haiglas töötav **füsioterapeut** koostab Teile 6-nädalase harjutuskava, mille järgimine on oluline, et saavutada oodatud ravitulemus

- ✓ **Esimene vastuvõtt** pärast operatsiooni toimub 10.-14. operatsioonijärgsel päeval ja selle eesmärk on eemaldada haavalt niidid või klambrid. Vastuvõtt toimub vastavalt Teie soovile perearstikeskuses või haiglas ortopeedia õe juures.

- ✓ **Järelkontrollid haiglas ortopeedi juures toimuvad 3 või 6 kuu ja 1 aasta möödumisel** endoproteesimise operatsioonist.

Küsimustikud

Operatsiooni planeerimisel (perearsti juures) ning ühe aasta möödumisel operatsioonist tuleb Teil täita küsimustikud Teie enesetunde ning liigese seisundi kohta. Küsimustike täitmine on kohustuslik ning ravi planeerimisel ja jälgimisel väga oluline!

Operatsioonile pöördumiseks peate Te olema nõus järgima kõiki eelpool nimetatud tingimusi!