

Ohjeita virtsa-avanneleikatulle

Virtsa-avanne

Virtsa-avanne tehdään sairauden, tapaturman tai muun syyn takia. Virtsa-avanne on pysyvä. Tavallisesti se sijaitsee oikealla puolella vatsaa. Leikkauksessa virtsarakko poistetaan. Ohut- tai paksusuolen osasta tehdään uusi virtsatiekanava. Suolen osan yhdistetään munuaisista tulevat virtsanjohtimet. Suolen osan toinen pää tuodaan ulos vatsanpeitteiden läpi ja ommellaan kiinni iholle. Virtsa erittyy avanteesta tahdosta riippumatta lähes koko ajan, koska munuaiset erittävät virtsaa kaikkina vuorokauden aikoina. Virtsamäärään vaikuttaa nautitun nesteen määrä.

Avanteen hoito

Hyvinvoiva avanne on punertava ja kostea. Avanteen kokoa ja väriä tulee seurata. Avanne voi aluksi olla turvoksissa, mutta tämä vähenee muutaman viikon kuluessa. Avanteen hoidossa on tärkeää huolehtia **ihon puhtaudesta ja kunnosta**. Sidoksen aukon on oltava oikean kokoinen. Näin ennaltaehkäistään mahdollisia iho-ongelmia ja vaikutetaan avannesidoksen pysymiseen. Avanteen käsittely voi aiheuttaa vähäistä, **vaaratonta verenvuotoa** suolen herkältä ja tunnottomalta limakalvolta.

Avannesidoksen vaihto

Tarvittavat välineet varataan käden ulottuville.

Leikattavaan sidokseen tehdään aukko valmiiksi. Muotoiltavan sidosten aukko valmistellaan ennen paikalleen laittamista.

Iholla oleva avannesidos irrotetaan varovasti toisella kädellä ihoa tukien. Irrottamisen apuna voi käyttää poistosuihketta tai –pyyhettä.

Käytetty avannesidos hävitetään sekajätteiden mukana.

Avanne ja sitä ympäröivä iho puhdistetaan vedellä.

Mahdolliset sidos-/tiivistejäämät voi tarvittaessa puhdistaa poistosuihkeella tai –pyyhkeellä.

Iho kuivataan huolellisesti pehmeällä pyyhkeellä tai paperilla.



Ihon hankaamista ja raapimista tulee välttää.

Uusi sidos kiinnitetään iholle huolellisesti. Sidos kiinnittyy paremmin, jos sitä lämmitetään käsien välissä ennen paikalleen asettamista.

Sidoksen vaihtoväli on yksilöllinen sidosmallista riippuen.

Noudata avannehoitajalta saamiasi ohjeita.

Avannehoitaja kertoo sinulle avannetarvikkeiden saatavuuden.

Ruokavalio

Syö monipuolisesti ja säännöllisesti normaalia sinulle sopivaa ruokaa. Aterioi rauhallisesti ja pureskele ruoka huolellisesti. Nämä tasapainottavat myös suolen toimintaa. Elimistön nestetasapainosta pitää huolehtia. Nesteitä tulee juoda ainakin **1,5-2 litraa** vuorokaudessa. Näin virtsa pysyy kirkkaana, ehkäistään virtsatietulehduksia sekä virtsakivien syntyä. Runsaan kahvin ja teen nauttiminen kiihdyttää nesteen erittymistä elimistöstä, joten niitä ei lasketa päivittäiseen nestemäärään. Jotkut ruoka-aineet ja lääkkeet voivat muuttaa virtsan väriä ja hajua kuten punajuuri, antibiootit sekä vitamiini- ja hivenainevalmisteet?

Harrastukset, liikunta, paluu työelämään

Avanne ei ole este harrastuksille eikä työhön paluulle. Liikunta on suotavaa fyysisen kunnon ylläpitämisen kannalta.

Leikkauksen jälkeiset yksilölliset ohjeet saat hoitopaikastasi.

Avannehoitajan opastuksella löydät sopivat avannesidokset ja mahdolliset tarvittavat tukitekstiilit.

Seksuaalisuus

Seksuaalisuus on osa ihmisen elämää. Avanne ei ole este sukupuolielämälle. Sairaus, sen vuoksi tehty leikkaus ja mahdolliset liitännäishoidot voivat aiheuttaa muutoksia kehoon ja seksuaalitoimintoihin. Mahdollisista ongelmista kannattaa rohkeasti puhua lääkärin tai avannehoitajan kanssa.

Potilasyhdistys

Finnilco ry on valtakunnallinen järjestö avanne- ja vastaavasti leikatuille ja anaali-inkontinenssi potilaille www.finnilco.fi

Sosiaaliturvaan liittyvissä asioissa, kuten esimerkiksi kotiapu ja maksuasiat, voit keskustella sairaalaan sosiaalityöntekijän kanssa

Vinkit ja vihjeet:

- Avanne ei estä saunomista ja uimista. Löylyssä suojaa avannesidos pyyhkeellä, ettei pussi kuumetessaan polta suolen limakalvoa.
- Avannetta ympäröivän ihon ollessa **erittäin** kuiva, voit käyttää hyvin imeytyvää kevyttä kosteusvoidetta.
- Avannesidos on **aina** vaihdettava uuteen, jos virtsaa on päässyt levyn alle.
- Ilmakylvyt rauhoittavat avanteen seudun ihoa, samoin suihkuttelu lämpimällä vedellä.
- Jos **iho on ärtynyt tai avannesidoksen pysyvyydessä on ongelmia**, ota yhteys avannehoitajaan.
- Tiivistepastan tai -renkaan avulla voit tarvittaessa parantaa avannesidoksen pysyvyyttä.
- Avanteen ympäriltä on hyvä poistaa ihokarvat säännöllisesti.
- Pidä aina mukana varasidos - ja puhdistustarvikkeita.
- Sidostarvikkeet säilytetään huoneenlämmössä ja suojataan suoralta auringon valolta.
- Avannesidoksen merkki ja koko on hyvä muistaa.
- Avannetarvikkeita on hyvä olla kotona noin kolmen viikon tarve.
- Matkustaessasi varaa avannetarvikkeita myös käsimatkatavaroihin. Matkustamista varten kysy avannepassissa omalta avannehoitajalta tai Finnilco ry:ltä www.finnilco.fi



- Avannesidokseen kiinnitettävä yöpussi vaihdetaan viikon välein.
- Karpalomehu (1-2 lasia/vrk) saattaa ehkäistä suoliliman syntyä.

Avannehoitajan yhteystiedot:
