

Liisa Montin totesi väitöstutkimuksensa yhteydessä, että vaikka lonkan tekonivelleikkauksessa olleet potilaat ovat erittäin tyytyväisiä kokemuksiinsa, hoitokäytännöissä on vielä parannettavaa.

- Fysioterapiaa tulisi tarjota iäkkäämmille potilaille nykyistä aktiivisemmin. Tämän tutkimuksen perusteella näyttää siltä, että nuoremmat potilaat käyttävät fysioterapiapalveluja enemmän ja mahdollisesti kysyvät niitä oma-aloitteisesti enemmän. Kuitenkin iäkkäämmät potilaat hyötyisivät fysioterapiasta ehkä vieläkin enemmän, kun liikumisvarmuus kasvaisi ja fyysinen toimintakyky lisääntyisi niin, että potilaat selviäisivät omassa kodissaan mahdollisimman pitkään, Montin sanoo.

Opastusta tarvittaisiin jo ennen leikkausta. - Potilaat saavat sairaalasta lähtiessään hyvät ohjeet esimerkiksi siitä, miten he voivat tyynyjä apuna käyttäen nukkua kylkiasennossa myös pian leikkauksen jälkeen. Potilaat harjoittelevat kyljelle kääntymisen ja tyynyjen asettelemisen sairaalassa niin, että osaavat tehdä sen itse kotona.

- Potilaat tarvitsisivat tätä vasta sairaalassa saamaansa tietoutta liikkumisesta ja nukkumisasennoista kuitenkin myös jo odottaessaan leikkaukseen pääsyä. He voisivat asentoa vaihtamalla ja lonkan asentoa tyynyjen avulla säätelämällä mm. lievittää leposärkyä ja parantaa näin yönuntaan.

Myös kivun syyn selvittäminen oli monen potilaan kohdalla viivästynyt. - Koska kipu on usein säteilevää, sen enempää potilaat itse kuin lääkäritkään eivät heti ymmärtäneet, että kivun syy oli lonkan nivelrikko. Potilaat olivat myös monesti ehtineet kokeilla kipuihin monenlaisia hoitoja ennen kuin syy saatiin selville, Montin sanoo. - Oikean diagnoosin tekeminen olisi tärkeää myös resurssien käytön

kannalta. Tämän tutkimuksen perusteella näyttää siltä, että mitä enemmän kipua potilailla oli ennen leikkausta, sitä enemmän palveluja he käyttivät leikkauksen jälkeen.

Potilaat olivat tyytyväisiä leikkauksen jälkeiseen kivunhoitoon. - Hoitohenkilökunnan on kuitenkin hyvä tiedostaa se, että potilaat voivat olla huonoja pyytämään kipulääkettä. Koska riittävä kivunlievitys mahdollistaa liikumisen harjoittelun, on riittävään kipulääkitykseen ja potilaiden ohjaukseen kiinnitettävä aktiivisesti huomiota. ●



Leikkaus parantaa elämää

Maassamme on tällä hetkellä reilut 400 000 yli 75-vuotiasta. Iäkkään hyvään arkeen kuuluu mahdollisuus ulkoiluun. Joka toiselle yli 75-vuotiaalle ulkona liikkuminen ilman avustajaa tuottaa vaikeuksia. Moni ikäihminen joutuu luopumaan ulkona liikkumisesta vastoin tahtoaan. Ulkona liikkumisella on suuri merkitys sekä ihmisen fyysiselle että mielen terveydelle. Oman kodin vangiksi jääminen ennustaa lyhyessä ajassa turvautumista kotija laitoshoitoon.

Ensimmäistä läikkäiden valtakunnallista ulkoilupäivää vietettiin 11.10.2007.

