



HYYTELÖRAKKO ELI GANGLIO

Hyytelörakko eli *ganglio* on kirkasta tai kellertävää limamaista eritettä sisältävä kasvain, joka sijaitsee useimmiten ranteessa kädenselän puolella. Ganglio sijaitsee usein myös ranteessa kämmenpuolella värttinävaltimon vieressä. Ganglion syntymekanismia ei tarkkaan tiedetä, mutta alkunsa nivelganglio saa nivelestä. Ganglioita voi olla minkä tahansa nivelen läheisyydessä. Ganglioksi nimitettäviä kasvaimia voi olla myös jännetupessa. Useimmiten ganglio kehittyy hitaasti eikä välttämättä aiheuta minkäänlaisia oireita. Ganglio on aina hyvänlaatuisen ja pahanlaatuiseksi se ei muutu koskaan.

Ranteeseen tullutta pattia on syytä käydä näyttämässä lääkärille. Epäiltäessä gangliota, kyhmy voidaan tyhjentää neulalla, samalla varmistuu myös diagnoosi. Jos sisältö on kirkasta hyytelöä, kyseessä on ganglio ja tyhjennys voi toimia samalla hoitona, yleensä ganglio kuitenkin uusii tyhjennyksen jälkeen. Ganglio voidaan poistaa leikkaamalla, jos se aiheuttaa kipua tai haittaa toimintaa. Oireetonta gangliota ei tarvitse poistaa. Leikattukin ganglio voi uusia.

TOIMENPIDE:

Kirurgi ja anestesia lääkäri yhteistyössä valitsevat sinulle parhaiten sopivan anestesia muodon. Yleensä toimenpide tehdään puudutuksessa. Puudutus vähentää myös leikkauksen jälkeistä kipua ja kipulääkkeen tarvetta.

Leikkauksessa ihoavauksen jälkeen gangliosäkki ja –kanava poistetaan kokonaisuudessaan uusiutumisen ehkäisemiseksi. Ihoavaus suljetaan sulamattomilla ompelilla. Haavan päälle laitetaan rasvalappu ja käsisidos. Kotiutuessa mukaan annetaan kipulääkeresepti sekä tarvittaessa sairauslomatodistus. Tyypillisesti sairausloman pituus on 2-3 viikkoa.

HAAVAN HOITO:

Pidä leikkausalue kuivana 3 vuorokautta.

Poista haavasidos ja rasvalappu 3 vuorokauden kuluttua leikkauksesta. Jos sidokset likaantuvat tai kastuvat (haava vuotaa), poista likaantuneet sidokset ja rasvalappu välittömästi ennen edellä mainittua aikaa, jotta haava ei tulehdu.

Suihkuta haavaa sidosten poiston jälkeen päivittäin lämpimällä vedellä ompelien poistoon asti. Kuivaa leikkausalue puhtaalla pyyhkeellä kevyesti painelemalla. Leikkausaluetta ei tarvitse



jatkossa suojata, jos haava ei eritä. Jos haavaan tulee tulehdusoireita, niin ota yhteyttä lääkäriin.

Ompeleet poistetaan 10-14 vuorokauden kuluttua leikkauksesta. Varaa aika sairaanhoitajalle, lähimpään terveystieteiden keskukseseen tai työterveysasemalle.

Voit sauna ompeleiden poiston jälkeisenä päivänä.

KUNTOUTUMINEN:

Lepää mahdollisimman paljon leikkauspäivä. Seuraavana päivänä voit aloittaa kevyen liikunnan, ellei toisin määrätä.

Voit aloittaa käden liikehoidon erillisen voimisteluohjeen mukaisesti.

Voit rasvata ja hieroa kevyesti leikkauksiarpea ompeleiden poiston jälkeen arpikudoksen pehmittämiseksi.

KIVUN HOITO:

Pidä leikattua kättä ensimmäisen kahden vuorokauden aikana mahdollisimman paljon kohoasennossa turvotuksen ja kivun vähentämiseksi. Käden turvotus hidastaa kudoksen paranemista ja aiheuttaa kipua. Voit pitää kylmäpakkausta leikkauksialueen päällä noin 15-20 minuuttia kerrallaan useita kertoja päivässä kunnes kipu helpottaa. Voit käyttää leikattua kättä kivun sallimissa rajoissa päivittäisissä toiminnoissa, kuten syömisessä ja pukemisessa. Vältä ääriasentoja sekä yli kilon painoisten esineiden nostelua ompeleiden poistoon asti.

Ensimmäisinä päivinä leikkauksesta kipu ja turvotus voivat olla voimakkaimmillaan. Kuitenkin kivun kokeminen on hyvin yksilöllistä. Kipulääkettä kannattaakin ottaa lääkärin antaman reseptissä olevan ohjeen mukaan tai vaihtoehtoisesti voit käyttää aikaisemmin käytössäsi ollutta tuttua kipulääkettä.

Sairaalassa saamasi lääkkeet ja puudutusaineet vaikuttavat 24 tuntia. Tämän takia et saa ajaa ajoneuvoa ja liikkua ulkona yksin ilman saattajaa. Alkoholin ja lääkkeiden käytöstä voi seurata haitallisia yhteisvaikutuksia, siksi alkoholin nauttiminen on kiellettyä ensimmäisen vuorokauden aikana.

HAKEUDU LÄÄKÄRIN HOITOON, JOS:



- kipu haavassa yltyy
- leikatussa kädessä on turvotusta tai tuntohäiriöitä
- haavassa esiintyy jatkuvaa, runsasta verenvuotoa
- epäilet haavassa tulehdusoireita (punoitus, turvotus, kuumotus, siteiden kostuminen, haju haavaeritteessä tai kuume)
- yleistilassasi tapahtuu muutoksia

Ensisijaisesti ota yhteyttä lähimpään terveyskeskukseen. Päivystysaikana sinua auttaa OYS:n päivystyspoliklinikan Call Center, puh. 08 315 2655.

Kiireettömissä asioissa voit ottaa yhteyttä Lyhki- kansliaan, puh 08 315 2354.

Jos tarvitset kiireellistä hoitoa, mene suoraan OYS:n päivystyspoliklinikalle tai lähimpään päivystävään terveyskeskukseen.