

Kotiutuminen

Leikkauksesta kotiutuminen

Rintasyöpäleikkauksesta kotiudutaan joko samana päivänä tai seuraavana päivänä. Leikkaus ei vaikeuta päivittäistä toimintakykyäsi juurikaan, mutta toki toipuminen leikkauksesta jatkuu vielä kotonakin. Kotiutumisen yhteydessä sinulle annetaan [ohjeita](#) liittyen haavanhoitoon, kivunhoitoon ja päivittäisiin toimintoihin. Saat myös yhteystiedot, joihin voit ottaa tarvittaessa yhteyttä esim. haavan paranemiseen liittyvissä ongelmissa tai kaivatessasi keskustelutukea. Sairausloma on leikkauksen laajuudesta riippuen 3-4 viikkoa. Laajan plastiikkakirurgisen leikkauksen jälkeen sairausloma on 5-7 viikkoa. Lisäksi saat sairauslomatodistuksen, tarvitsemasi reseptit sekä jälkitarkastusajan.

Heti kotiuduttuasi tulee sinun aloittaa omatoimisesti kuntoutumistasi edistävät liikeharjoitteet, joihin olet saanut oppaan ("kuntoutuminen rintasyöpäleikkauksen jälkeen") jo aiemmin kirurgian käynnin yhteydessä. Laajemman leikkauksen jälkeen saat ajan fysioterapeutin vastaanotolle kuntoutumisen edistämiseksi. Lisäksi sinut ohjataan syöpäpotilaan digihoitopolulle kuntoutusinfoon ja ryhmächat keskusteluun. Ryhmächatissä sinulla on mahdollisuus kysyä asiantuntijoilta (fysioterapeutti ja rintasyöpähoitaja) kuntoutumiseesi liittyvistä askarruttavista asioista. Jos et käytä sähköistä palvelua, niin saat kotiin kirjallisen materiaalin postitse.

Jos rinta poistetaan leikkauksessa kokonaan, saat jo heti sairaalasta kotiutuessasi väliaikaisen rintaliivin alle asetettavan kevytproteesin. Vähän myöhemmin sinulle lähetetään palveluseteli, minkä avulla voit hankkia kestävämmän ja omien mittojesi mukaan suunnitellun rintaproteesin. Rintaproteesien hankintapaikat kerrotaan palvelusetelin mukana tulevassa saatekirjeessä. Rintaproteesin tarkoituksena on ylläpitää kehon tasapainoa ja siten ehkäistä niska-hartiaseudun vaivoja.