

TOINEN KÄYNTI (½-1 v. kuluttua)

Varaa aika, kun liitännäishoidot (solunsalpaaja – ja sädehoito) ovat ohi

Uusi aika: _____

Proteesien vaihtoväli 2 vuotta: _____

TUKIHENKILÖ _____

ENSITIETOPÄIVÄ _____

”HILJATTAIN SYÖPÄÄN SAIRASTUNEIDEN RYHMÄ” sekä ”RINNAKKAIN” - avoin vertaisryhmä naisille. Ryhmät kokoontuvat kerran kuukaudessa klo 18 yhdistyksen tiloissa, osoite **Karjalankatu 4 a 1, 80200 JOENSUU**. Voit saada lisätietoa ryhmien toiminnasta kotisivuiltamme www.pohjois-karjalansyopayhdistys.fi tai Karjalaisen järjestöpalstalta.

” Kokonaisena – rintasyövästä huolimatta!”

Maija Paavilainen

päivitetty 10.1.2012 / MT



POHJOIS-KARJALAN
SYÖPÄYHDISTYS

UUSI ELÄMÄNTILANNE – RINTAPROTEESI

Olet toipumassa rintaleikkauksesta ja uuden elämäntilanteen edessä.

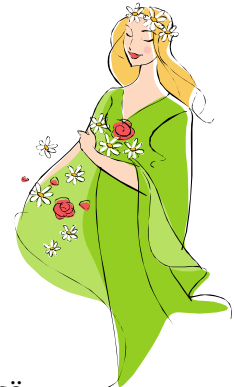
Voidaksesi toipua leikkauksesta fyysisesti paremmin, Sinun on tärkeää saada sopiva rintaproteesi käyttöösi suhteellisen pian rintaleikkauksen jälkeen. **Sopiva aika ensimmäisen proteesin sovitukseen on 2 viikkoa leikkauksen jälkeen – näin haava-alue paranee toivotulla tavalla.**

Heti kotiuduttuasi varaa aika Pohjois-Karjalan Syöpäyhdistykseltä proteesin sovitusta varten puh. 013-227 600 tai 050-3622 915 Salla-Maaria Martikainen / 050-5679 264 Marketta Tarvainen

Varaa aikaa käyntiisi noin tunnin verran. Halutessasi voit ottaa mukaan oman puolisoasi tai läheisesi.

PROTEESIN SOVITUS Pvm _____ klo _____
PROTEESI _____ **LIIVIT** _____

Sinulla on uutena proteesinkäyttäjänä oikeus kahteen ilmaiseen proteesiin, joista ensimmäisellä käyntikerralla saat yhden proteesin ja yhden proteesitaskulliset rintaliivit käyttöösi. Toisen proteesin voit hakea yksilöllisestä elämäntilanteestasi riippuen ½-1 vuoden kuluttua. **Jatkossa olet oikeutettu kahden vuoden välein (2 v) uuteen proteesiin ja rintaliiviin.** Hoitava lääkärisi voi myös suunnitella Sinulle rekonstruktioleikkausta 1 – 3 vuoden kuluttua leikkauksesta. Jokaisen potilaan hoitosuunnitelma on kuitenkin yksilöllinen.



RINTAPROTEESIN SOVITUS JA VALINTA

Sovitustilanne alkaa oikean proteesitaskullisen **erikoisliivin** valinnalla. Liivin tulee sopia täydellisesti terveen rinnan puolelle kupin osalta ja liivin ympärysmittana tulee olla oikea; liivi ei saa puristaa, eikä olla myöskään liian väljä. Käyttäjän omat tuntemukset ovat tärkeimmät, mutta myös sovittajan ammattitaitoa ja kokemusta tarvitaan. Proteesin on oltava napakasti paikallaan taskussa eikä se saa liikkua tarpeettomasti. Jos rintaleikkauksen yhteydessä on jouduttu poistamaan kinalon imusolmukkeita, käymme läpi **lymfanestekieron periaatteet**. Tärkeää liivien hankinnassa jatkossakin on se, että liivit eivät purista ja niissä olisi hyvä olla riittävän leveät olkaimet.

Rintaproteesin sovituksen yhteydessä tarkistamme haavan, käden liikkuvuuden sekä liikeradan mahdolliset rajoitukset. Käden ja kinalon turvotukseen liittyvissä asioissa teemme yhteistyötä keskussairaalan fysioterapeuttien kanssa

RINTAPROTEESIN HOITO

Jokaisen proteesin sovituksen yhteydessä on tärkeää ohjata proteesin huolellinen hoito. **Proteesien valmistajat antavat proteeseille kahden vuoden (2v) takuun, edellyttäen, että proteesia on hoidettu ja käytetty oikeaoppisesti.** Rintaproteesi pestään päivittäin haalealla vedellä ja kevyellä nestesaippualliuoksella, kuivataan pehmeällä pyyhkeellä tai hiustenkuivaajalla, **ja säilytetään proteesilaa- tikossa.** Proteesin käyttäjän on hyvä varoa lemmikkieläinten teräviä kynsiä, rintaneuloja sekä omia rikkinäisiä kynsiä.

Jos harrastat avantouintia tai käyt usein uimassa klooripitoisissa vesissä, suosittelemme omakustanteisen **uimaproteesin** hankkimista (72;-) Usein toistuvat kuumen ja kylmän vaihtelut, klooripitoinen vesi sekä merivesi huonontavat silikoniproteesin kimmoisuutta ja

kestävyyttä. Proteesia ei suositella myöskään käytettäväksi nukkessa, tai mahallaan ollessa; oman kehon paino toistuvasti proteesin päällä heikentää proteesin kestävyyttä

Huolellisella hoidolla voit lisätä proteesin käyttöikä. Kuitenkin on hyvä huomioida, että silikoniproteesin koostumus muuttuu käyttövuosien lisääntyessä ja oikein hoidettunakin proteesi kuluu ja vanhenee. **Proteesin vaihto kahden vuoden välein** on perusteltua myös siksi, että naisen ikääntyessä kudokset pehmenevät, ja jäljellä olevan rinnan koko voi muuttua. Voit myös laihtua tai painosi voi nousta - liian pieni tai sopimaton proteesi voi muuttaa kehon painosuhteita aiheuttaen virheellisen ryhdin ongelmia ja siten johtaa selkärangan ja lihasten vääryyksiin.

PSYKO-SOSIAALINEN TUKI JA KUNTOUTUS

Rintaproteesin sovituksen yhteydessä varaamme rauhallista aikaa yksilölliseen keskusteluun. Käymme keskustelut luottamuksellisia ja aiheet vaihtelevat kunkin elämäntilanteen mukaan. Perheelläsi on mahdollisuus varata sairaanhoitajalle myös **uusi keskustelu-aika tai yhdistyksen sairaanhoitaja voi tehdä kotikäynnin perheenne luona.**

Ensimmäisellä proteesin sovituskerralla ohjaamme Sinua **tukihenkilötoiminnan, ensitiedon sekä vertaisryhmätoiminnan piiriin. Yhdistyksellämme toimii ryhmä hiljattain syöpään sairastuneille. Voit kysyä tarkempia tietoja ryhmän toiminnasta puh 013 - 227 600.** Näistä eri tukimuodoista saat yksilöllisesti sekä suullisen että kirjallisen ohjeistuksen. Ohjaamme Sinut ottamaan yhteyttä **n ½-1 v kuluttua** yhdistyksen sairaanhoitajaan toisen proteesin sovittamista varten. Tällä kerralla keskustelemme myös kuntoutumisestasi ja kerromme eri kuntoutusvaihtoehdoista sekä Kelan ja Ray:n **sopeutumisvalmennuskurssi toiminnasta.**