

Terveys- ja sairaanhoitopalvelut  
Operatiiviset palvelut  
Naistentautien ja synnytysten palvelualue

17.10.2023

## Tulehduspotilaan kotihoito-ohjeita

Olette toipumassa tulehdustaudista ja nyt on tärkeää estää sen uusiutuminen.

Puhtaudesta huolehtiminen on tärkeää tulehduksen jälkeen ja kuukautisten aikana, koska silloin tulehdus voi uusiutua.

Kuukautisten aikana kohdunsuulta poistuu luonnollinen suoja tulehduksia vastaan ja lisäksi veri on hyvä elatusaine bakteereille. Sen takia kädet on hyvä pestä ennen ja jälkeen alapesun. Alapesu tulisi suorittaa ainakin aamuin illoin ja kuukautisten aikana jokaisen wc-käynnin yhteydessä, samoin kuin siteenvaihto.

Myös miehen on huolehdittava henkilökohtaisesta puhtaudestaan. Kondomi on ainoa ehkäisyväline, joka sukupuoliyhdyntässä suojaa myös tulehduksilta.

Mikäli teillä esiintyy uusituvan tulehduksen oireita (lämpöä, alavatsakipua) voitte ottaa yhteyttä naistentautien päivystykseen sairaalan puhelinkeskuksen kautta tai naistenosastolle soittoaikana maanantaisin ja torstaisin klo 12.00 – 13.30 p. 06 415 3206.

Mahdollinen jälkitarkastuspaikka ja -ajankohta sovitaan ennen kotiutusta.

Hyvää vointia!