

Nikotiinista vieroitus osana leikkaukseen valmistautumista

Kohdallasi saatetaan harkita leikkaushoitoa. Kaikki tupakka- ja nikotiinituotteet lisäävät leikkauksiin liittyviä haittavaikutuksia, kuten leikkaukskomplikaatioita, haavainfektioita, leikkauksenaikaisia ja -jälkeisiä sydän- ja keuhko-ongelmia sekä haavojen ja luun paranemisen hidastumista. Esimerkiksi säärimurtumissa keksimääräinen luutumisaika on tupakoivalla 4–19 viikkoa pidempi kuin tupakoimattomilla.

Mahdollinen tuleva leikkaus on todettu merkittäväksi tupakka- ja nikotiinituotteiden käytön lopettamisen motivaatiotekijäksi. Sen myötä onnistumisen todennäköisyys jopa kaksinkertaistuu. Kun lopetat niiden käytön viimeistään kaksi kuukautta ennen leikkausta, leikkaus onnistuu paremmin ja toivot nopeammin.

Tupakoimattomana ja nikotiinittomana leikkaukseen -toimintamalli

Tavoitteena on, että leikkaukseen tuleva potilas on nikotiiniton 6–8 viikkoa ennen kiireetöntä leikkausta ja jatkaa nikotiinittomana vähintään kuusi viikkoa leikkauksen jälkeen. Leikkauksesta riippuen nikotiinituotteiden käyttö voi olla este leikkauksen jatkamiselle.

Kun lääkäri tekee sinulle lähetteen leikkauksiarvioon keskussairaalaan, hän kysyy sinulta tupakka- ja nikotiinituotteiden käytöstä ja kertoo niiden käytön lopettamisen tärkeydestä, jotta leikkauksen onnistuminen voitaisiin varmistaa. Sinulla on myös tarvittaessa mahdollisuus varata aika hoitajan vastaanotolle nikotiinivieroitusohjaukseen omaan sosiaali- ja terveyskeskukseen tai työterveyshuoltoon, mikäli sinun työnantajallasi on laaja työterveyshuollon sopimus, joka sisältää myös sairaanhoidon.

Leikkauksen päätyttyä tehtäessä keskussairaalan poliklinikalla tarkistetaan, oletko onnistunut nikotiinituotteiden käytön lopettamisessa ja onnistuuko tavoitteen saavuttaminen. Jos edelleen käytät tupakka- ja/tai nikotiinituotteita, sinulle suositellaan nikotiinivieroitusohjausta hoitajan vastaanotolla.

Tavoitteen saavuttamisen hyödyt leikkauspotilaalle

- Vähentää haavatulehdusriskin neljännekseen
- Vähentää hengitysongelmien määrää viidesosaan
- Vähentää kaikkien leikkaukseen liittyvien haittojen määrää kolmasosaan

Nikotiinittomuudella pyritään varmistamaan leikkauksen onnistuminen ja potilaan siitä saamat hyödyt.

Tukea tupakka- ja nikotiinituotteiden käytön lopettamiseen on tarjolla

Nikotiinivieroituksen aloittavalle potilaalle järjestetään seurantakontaktit 1–2 viikon, kuukauden ja kolmen kuukauden päähän vieroituksen aloittamisesta. Seurantavälejä muokataan yksilöllisen tarpeen mukaan.

Voit varata ajan nikotiinivieroitusohjaukseen työterveyshuoltoon, mikäli se sisältyy työnantajan sopimukseen.

Muussa tapauksessa varaa aika yksilöohjaukseen hoitajan vastaanotolle omaan sosiaali- ja terveyskeskukseen puhelimitse tai osoitteessa:

<https://www.hyvaep.fi/palvelu/aikuisneuvola/>

- Sähköisessä ajanvarauksessa palvelu vaatii vahvan tunnistautumisen.
- Varaa hoitajan vastaanotolle aika: Tupakka- ja nikotiinivieroitusohjaus 30 min.

Sosiaali- ja terveyskeskus | Puhelin

Ilmajoki, lähipalvelut, vastaanotto | 06 458 5201

Alajärvi, lähipalvelut, vastaanotto | 06 230 7700

Kauhava, lähipalvelut, vastaanotto | 06 230 7660

Kurikka, lähipalvelut, Kurikan vastaanotto | 06 458 5301

Jalasjärvi, lähipalvelut | 06 458 5101

Alavus, lähipalvelut, vastaanotto | 06 2525 7612

Lapua, lähipalvelut, vastaanotto | 06 438 4844

Seinäjoki, lähipalvelut, vastaanotto | 06 2413 3220

Seinäjoen aikuisneuvola | 06 425 5387 klo 9–10

Peräseinäjoen aikuisneuvola | 06 425 5981 klo 9–10

Nurmon aikuisneuvola | 06 425 5919 klo 9–10

Ylistaron aikuisneuvola | 06 425 5951 klo 9–10

Isonkyrön aikuisneuvola | 06 425 5754 klo 9.30–10.30

Kauhajoki, lähipalvelut, vastaanotto | 06 2413 3220

Kauhajoen neuvola | 06 2413 3360 klo 8.00–11.00

Apua nikotiinituotteiden käytön lopettamiseen löydät myös netistä

- Tupakoimattomana leikkaukseen -itsehoito-ohjelma: www.terveyskyla.fi
Itsehoito-ohjelmien käyttö edellyttää kirjautumista Terveyskylään. Kirjaudu pankkitunnuksilla tai mobiilivarmenteella.
- Maksuttomat Stumppi-tukipalvelut: www.hengitysliitto.fi
- Nuorille ja nuorille aikuisille Erovirasto-app: <https://fressis.fi/erovirasto/>

Maksuton Stumppi-neuvontapuhelin palvelee numerossa 0800 148 484

- maanantaisin ja tiistaisin kello 10–18
- torstaisin klo 13–16