

29.10.2019

Tiivistelmä Palkon suosituksesta

Hyväksytty Palkon kokouksessa 29.10.2019

LANNESLÄN VÄLILEVYTYRÄN LEIKKAUSHOITO JA SEN JÄLKEINEN KUNTOUTUS

Palkon suositus koskee lanneselän välilevytyrän leikkaushoitoa ja sen jälkeistä kuntoutusta yli 16-vuotiailla potilailla. Suosituksen ulkopuolelle on rajattu päivystyksellisesti tehtävät leikkaukset.

Alkuvaiheen hoito ja seuranta

Lanneselän välilevytyrä on yleinen ongelma, joka useimmiten paranee ilman terveydenhuollon erityisiä toimenpiteitä 1-2 kuukauden sisällä, kun tyrä kutistuessaan lakkaa painamasta ja ärsyttämästä hermojuurta. Tämän vuoksi välilevytyrän ensisijainen hoito on konservatiivinen (ei-leikkauksellinen), eikä hoito erikoissairaanhoidossa ole tarpeen. Keskeisin oire on alaraajaan säteilevä kipu, jonka vuoksi riittävästä kivunlievityksestä on huolehdittava. Kivusta huolimatta tulisi jatkaa mahdollisimman aktiivista elämää.

Edellä todetun perusteella palveluvalikoimaan kuuluu välilevytyrän ensisijaisena hoitona perus- tai työterveyshuollossa toteutettava asianmukainen kivunlievitys, potilaan informoiminen sairauden hyvästä paranemismusteesta ja kannustaminen aktiivisuuteen kivusta huolimatta sekä seuranta.

Leikkaus

Mikäli kipu pitkittyy yli kuuden viikon kestoiseksi tai mikäli missä tahansa seurannan vaiheessa kehittyä alaraajaheikkous, keskustellaan potilaan kanssa oireiden vaikeusasteesta. Mikäli kipu ei ole hellittämässä, potilas lähetetään joko suoraan erikoisalain poliklinikalle tai ensin magneettikuvaukseen, jos paikallisesti on sovittu tällaisesta käytännöstä.

Jos magneettikuvauksessa todetaan oireisiin sopiva löydös, keskustellaan potilaan kanssa mahdollisesta leikkaushoidosta. Leikkaus on lääketieteellisesti perusteltu, jos kipu on luonteeltaan erityisen hankalaa, pahenevaa tai ei reagoi suotuisasti lääkehoitoon. Jokainen leikkauspäätös on yksilöllinen ja sitä tehtäessä tulee huomioida potilaskohtaiset riskit ja mahdolliset leikkauksen vasta-aiheet.

Leikkauksessa poistetaan hermoa puristava välilevymassa. Leikkaustekniikoiden välillä ei ole eroja tuloksissa.

Ellei leikkausta katsota lääketieteellisesti perustelluksi, harkitaan, onko potilas joka tapauksessa syytä ohjata kuntoutukseen. Sen toteuttamisessa voidaan soveltuvin osin noudattaa Palkon biopsykososiaalisesta kuntoutuksesta pitkittyvässä tai toistuvassa selkävivussa 1.11.2018 antaman suosituksen periaatteita.

Edellä todetun perusteella välilevytyräleikkaus kuuluu palveluvalikoimaan ei-päivystyksellisissä tilanteissa ainoastaan silloin, kun tyrän aiheuttama toimintakykyä haittaava alaraajaan tai pakaraan säteilevä kipu ilman lievittymistä pitkittyy yli kuusi viikkoa kestäväksi ja magneettikuvauksessa todetaan oireisiin sopiva löydös.

Leikkauksen jälkeinen kuntoutus

Kotiutuessa potilaalle annetaan ohjeistus omatoimista kuntoutumista varten. Leikkauksen jälkeen potilas voi kivun rajoissa toimia normaalisti ilman erityisiä rajoituksia, mutta raskaita suorituksia on alkuun syytä vält-



29.10.2019

Tiivistelmä Palkon suosituksesta

Hyväksytty Palkon kokouksessa 29.10.2019

tää. Leikanneessa yksikössä kirjoitetaan kotiutusvaiheessa todistus noin kahden viikon sairauspoissaoloa varten, mutta sitä voidaan pidentää korkeintaan neljään viikkoon asti, mikäli potilaan työnkuvan raskaus sitä edellyttää.

Rutiininomainen jälkitarkastus leikanneessa yksikössä ei ole tarpeen, vaan seuranta ja mahdollinen sairauspoissaolon jatkon arviointi voidaan järjestää perusterveydenhuollossa tai työterveyshuollossa. Tarvittaessa potilaalla tulee kuitenkin olla mahdollisuus saada yhteys leikanneeseen yksikköön.

Jos työ- tai toimintakyvyn palautuminen pitkittyy yli kuukauden leikkauksesta, toipumista estävien tai hidastavien syiden selvittely on käynnistettävä ja tarvittaessa ohjattava potilas kuntoutukseen. Kuntoutuksen toteuttamisessa voidaan noudattaa Palkon biopsykososiaalisesta kuntoutuksesta pitkittyvässä tai toistuvassa selkäkivussa antaman suosituksen mukaisia menettelyjä. Tarvittaessa käynnistetään työn sisällön tai työajan muokkaaminen toipumista tukevaksi ja toimintakykyä vastaavaksi.

Edellä todetun perusteella kaikille leikkauspotilaille ohjataan kotiutuessa omaehtoinen itsehoito ja harjoittelu. Leikkauksen jälkeinen kuntoutus kuuluu palveluvalikoimaan silloin, kun potilaan toipuminen pitkittyy yli kuukauden leikkauksesta.

PALKO toimii sosiaali- ja terveysministeriön yhteydessä ja sen tehtävänä on antaa suosituksia terveydenhuollon menetelmien kuulumisesta julkisesti rahoitettuun terveydenhuoltoon. Lisätietoja terveydenhuollon palveluvalikoimasta voit lukea PALKOn kotisivuilta www.palveluvalikoima.fi.

