

# Songaoperatsioon

Infoleht annab Teile teadmisi ja soovitusi songaoperatsiooni kohta.

Song on kõhukelmega kaetud kõhuõõneelundi või selle osa väljasopistumine läbi kõhuseina nahaalustesse kudedesse. Väljasopistumine toimub nõrkade kohtade kaudu.

Kõhuseina teatud osade nõrkus on kas kaasasündinud või elu jooksul omandatud. Nõrgale kohale tekib väljavõlvumus, mis sisaldab tavaliselt rasvkude, vahel ka soolelinge. Song tuleb paremini nähtavale püstiasendis ja punnitamisel.

Song on üks sagedasemaid kirurgilisi haiguseid, kõige enam esineb kubemesonga ja nabasonga. Kubemesonga esineb rohkem meestel. Songa, mis tungib läbi operatsiooniarmi, nimetatakse armisongaks. Kõige harvemini esinevad reiesong ja ülakõhusong.



## Haiguse tekkimise riskitegurid

- Raske füüsiline töö ja raskuste tõstmine
- Krooniline köha
- Kõhukinnisus
- Kehakaalu tõus

## Haiguse sümptomid

Song võib põhjustada valu ja ebamugavustunnet, kuid võib esineda ka vaevusteta. Füüsilise pingutuse korral vaevused tavaliselt tugevnevad.

### **Käitumisjuhend ägeda haigushoo korral**

Patsiendi lamavas asendis olles on enamasti võimalik songa kõhuõõnde tagasi lükata. Kui songa ei õnnestu tagasi lükata, kuid samas puudub valu, on tegu fikseerunud songaga.

Kui songa ei õnnestu tagasi lükata ning on tekkinud püsiv valu ja kivikõva moodustis songa piirkonda, võib tegu olla pitsunud songaga. Sel juhul tuleb viivitamatult pöörduda kirurgi poole.

### **Ravi**

Songa kahtluse korral täpsustab diagnoosi kirurg. Vastunäidustuste puudumisel on songa ravi kirurgiline. Pitsumata songa opereeritakse plaanilises korras. Kui operatsioonini kulub aega, võib vaevusi vähendada songavöö kandmine. Sobiva songavöö leiate meditsiinilisi abivahendeid müüvatest kauplustest.

### **Operatsioon**

Enne operatsiooni ei tohi kuus tundi süüa ega neli tundi juua. Samuti ei ole soovitatav enne operatsiooni suitsetada ega nährida närimiskummi. Pärast operatsiooni võib juua gaasivaba jooki ja süüa kerget einet.

Operatsioon tehakse üldnarkoosis või spinaalanesteesiaga (seljasüstiga). Plaaniline operatsioon kestab umbes tund aega, kuid songa iseärasuste tõttu võib operatsiooni kestus pikeneda.

Operatsioonil tehakse songa piirkonda nahalõige. Songa sisu lükatakse tagasi kõhuõõnde, ava kõhuseinas suletakse. Operatsiooni käigus tugevdatakse kõhuseina spetsiaalse, kudede poolt hästi omaks võetava võrguga, mõnikord tugevdatakse kõhuseina ümbritsevate lihaste abil. Parast kubeme- või nabasonga operatsiooni võib koju minna samal või järgmisel päeval. Pitsunud songa või suurema songa operatsiooni puhul võib olla vajalik kauem haiglas viibida songa opereeritakse plaanilises korras. Kui operatsioonini kulub aega, võib vaevusi vahendada songavöö kandmine.

### **Operatsioonijärgne aeg: paranemine, valu ja selle ravi**

Mõne päeva parast võite end pesta, kuid ainult duši all, vannis ärge käige. Pärast pesemist asetage haavale puhas steriilne haavaplaaster. Vahene turse ja verevalum haava piirkonnas mööduvad ega viita tüsistustele. Kui haava piirkond on valulik, tuleb valuvaigisteid tarvitada arsti ettekirjutuse järgi. Kui arst pole valuvaigisteid määranud, sobivad kasimüügiravimid, mis on mõeldud tarvitamiseks keskmise valu korral.

Ärge jääge voodisse, vaid liikuge - haavavalu takistab Teil ennast vigastamast. Lubatud on väikeste raskuste tõstmine, mis ei põhjusta haavavalu. Raskuseid tõstke sirge seljaga, rakendades enam jalgade tööd. Suuremate raskuste tõstmist vältige järgmised kuus nädalat. Võimaluse korral ärge juhtige nädala jooksul autot, kuna järsk pidurdus võib põhjustada valu.

Vältige kõhukinnisust, vajaduse korral kasutage kerget lahtistit.

Tööle tagasipöördumine sõltub Teie enesetundest. Kontoritööl olev inimene võib tööle asuda nädal kuni kaks nädalat pärast operatsiooni ja füüsilist tööd tegev inimene kolme kuni nelja nädala pärast.

### **Haavaõmblusniitide eemaldamine**

- Haavaõmblusniidid eemaldatakse 10 kuni 12 päeva pärast Ida-Tallinna Keskhaigla polikliinikus või perearsti juures.
- Pärast niitide eemaldamist haavale asetatud plaastri võib ära võtta ühe ööpäeva jooksul.
- Haav tuleb hoida puhas. Seda ei tohi hõõruda ja seda peab kuivatama õrnalt ka pärast niitide eemaldamist

Võtke ühendust oma perearstiga või Teid opereerinud kirurgiga, kui ilmnevad järgmised põletikunähud.

- Punetus ja turse haava piirkonnas
- Valu tugevnemine või äkiline valu haava ümbruses
- Eritis (nt veri, mäda) haavast
- Kehatemperatuuri tõus

#### **Kontaktid:**

E-R perearst või pereõde; ITK haavaõde, tel 620 7244

L-P Ida-Tallinna Keskhaigla erakorralise meditsiini keskus

ITK608

Käesoleva infomaterjali on kooskõlastanud kirurgiakliinik 01.01.2020.