

## OPERATSIOONI VASTUNÄIDUSTUSED

- Kaasuvatest haigustest tingitud suur operatsioonirisk
- Liigese väljendunud kulumisnähud
- Koostöö puudulikkus

## ÕLALIIGESE KORDUV NIHESTUS: LATARJET' OPERATSIOON

Õlaliigese nihestust esineb tavaliselt ettesuunas. Seda ravitakse valdavalt konservatiivselt. Õlaliiges paigaldatakse tagasi oma pesasse ning vastav käsi fikseeritakse u 2 nädalaks kaela ja keha külge.

Enamikul inimestel on see ühekordne juhtum ning probleeme ja kaebuseid sellest ei jää. Füüsiliselt aktiivsematel, eriti noortel, võib esineda ka korduvaid nihestusi. Sageli esineb kaebusi, et õlaliiges ei püsi paigal ehk ebakindluse tunne. See segab või piirab tavapäraselt elutegevust ning sportimist (võrkpalli, tennis jt kontaktsportialade harrastamist).

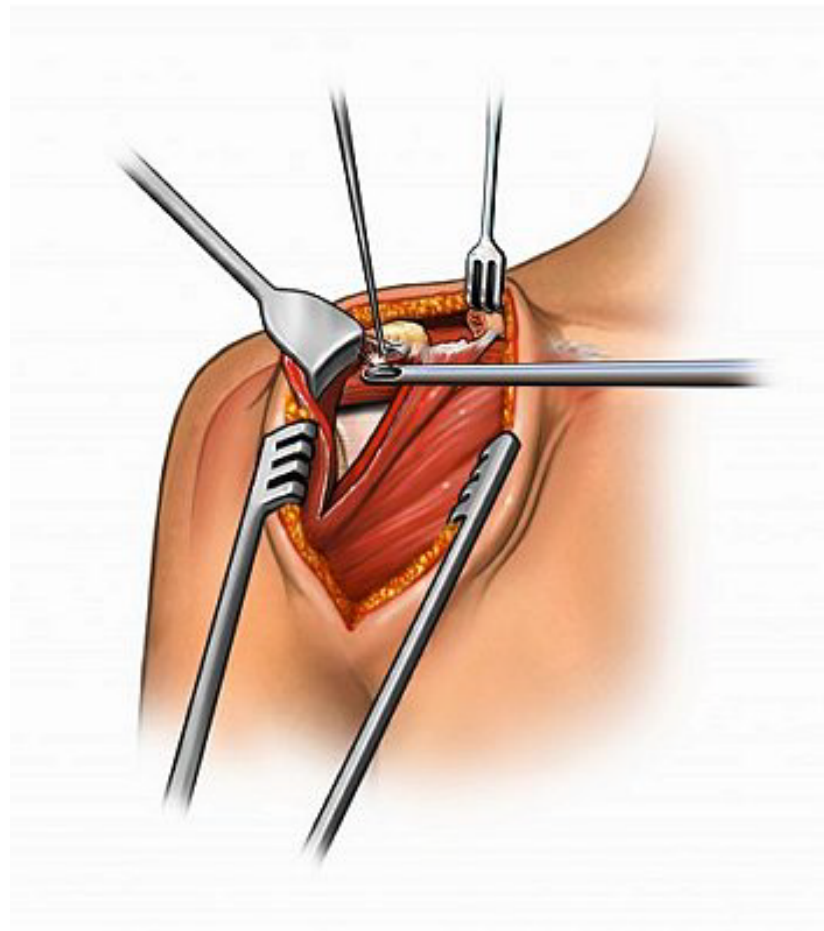
Selliste probleemide esinemisel tuleb mõelda operatiivsele ravile.

Latarjet' operatsiooni soovitatakse just kontaktsportialadega tegelejatele, samuti korduvatest nihestustest tingitud suure luu- või pehme koedefitsiidiga juhtudel.

## MIKS?

Korduvate nihestustega tekivad liigeses sageli pöörduvad kõhrevigastused ja luulised muutused. See võib viia püsivate liigesevaegusteni.

Latarjet operatsioon valitakse juhul, kui korduvate nihestuste tõttu on tekkinud suur pehme- ja luukoe kadu.



## OPERATSIOONIKS VAJALIKUD ETTEVALMISTUSED

1. Õlaside.
2. Külmakotid ja/või külmamasinad operatsioonijärgseks perioodiks.
3. Piisav aeg taastusraviks ja taastumiseks.
4. **Operatsioonipäeva hommikul ei tohi süüa, juua ega midagi muud suu kaudu manustada. Samuti on keelatud suitsetamine ja närimiskummi närimine.**

## OPERATSIOON

Latarjet' operatsioon seisneb õlaliigese ette nihkumisel tekkinud eesmise luu- ja pehme koedefekti täitmisel biitsepsi kõõluse luubloki. Luublokk koos kõõlusega võetakse õlaliigese eest, rangluu alaosast ja kinnitatakse õlaliigese ette tavapäraselt kahe kruviga.

Selline tehnika suurendab abaluu poolset liigesepeinda ja takistab õlaliigese ettenihkumist.

Operatsioon on suuremahuline ja taastumine kestab seetõttu kauem.

**Operatsioon on tavaliselt päevakirurgiline**, kuid vajaduse korral jäetakse patsient kuni kolmeks ööks jälgimisele.

**Operatsioon teostatakse** artroskoopiliselt, kuid mõnel juhul toimub üleminek lahtisele operatsioonile.

**Anesteesia:** operatsioon teostatakse kas üldnarkoosis või juhteanesteesias (tuimestatakse ainult käsi).

## OPERATSIONIJÄRGNE KÄITUMINE

- Külmakott käele 5–7 päeva jooksul 5–10 korda päevas 10 minutit korraga, sest käsi tavaliselt valutab ja on turses. Kindlasti tuleb asetada naha ja külmakoti vahele kas lina või käterätt, et mitte tekitada nahale külmaahjustusi.
- Valuvaigistava ravi määrab anestezioloog või raviarst.
- Voolava veel all on haavapiirkonna pesemine lubatud alates kolmandast postoperatiivsest päevast.
- Haavad seotakse pärast operatsiooni spetsiaalsete sidemetega või plaastritega. Neid tuleb vahetada vajaduse järgi (määrduisel, märgumisel), kuid esimene sidemevahetus on soovitatav 24 tunni möödumisel kas perearsti juures või kodustes tingimustes.
- Haavaõmblused eemaldatakse perearsti juures 10–14 päeva pärast operatsiooni.
- Käsi on erisidemega kaelas 2–3 nädalat.
- Regulaarselt tarvitavate ravimite kasutamise puhul operatsioonipäeval tuleb konsulteerida raviarstiga.
- Operatsioonijärgne taastusravi ja harjutused kooskõlastat raviarsti ja taastusravi spetsialistiga.

## VÕTKE ÜHENDUST RAVIASUTUSEGA, KUI OPERATSIONI JÄREL ILMNEVAD JÄRGMISED SÜMPTOMID:

- kõrge palavik alates 38 °C;
- tugev valu operatsioonipiirkonnas, mis ei allu määratud valuravile;
- väga intensiivne vedeliku eritus haavadest nädal kuni kaks operatsioonijärgselt.

Eelnevate sümptomite esinemisel helistage  
**tööpäeviti 9.00–16.00**  
**sporditraumatoloogia telefonil 731 9447**  
**või muul ajal**  
**erakorralise meditsiini osakonda.**

**Tartu Ülikooli Kliinikumi** spordimeditsiini ja taastusravi kliinik on Eesti vanim spordimeditsiiniteenuse osutaja, kes pakub tipptasemel terviseuuringuid, kehalise võimekuse hindamist ja spordifüsioteraapiat harrastussportlastele, tippsportlastele ja noorsportlastele, lisaks ka laia teenuste valikut taastusravi, õenduse ja töötervishoiu valdkondades. 2013. aastal avati sporditraumatoloogia keskus, mis on keskendunud east olenemata sportlikult aktiivsete inimeste ortopeediliste probleemide ravile. Tegeletakse profülaktilise nõustamise, kirurgilise ravi ning aktiivse taastusraviga. Vajaduse korral viiakse Tartu Ülikooli Kliinikumis läbi lisa-uuringud ja ravi. Meie missiooniks on teadvustada inimesi terviseuuringute vajadusest ning pakkuda neile parimat võimalikku teenust.

### Teenused:

- spordimeditsiinilised terviseuuringud
- koormustestid
- spordifüsioteraapia
- taastusravi
- ortopeedia
- sporditraumatoloogia
- isokineetilised uuringud ja ravi
- jalgade koormusjaotuse uuringud
- söömisalane nõustamine
- lööklaineteraapia
- suure võimsusega laserravi
- antigravitatsiooni liikurrada
- tallatugede valmistamine



Tartu Ülikooli Kliinikum  
L. Puusepa 1a  
Tel +372 731 8111  
kliinikum@kliinikum.ee  
www.kliinikum.ee

Heaks kiitnud: Eesti Spordimeditsiini Föderatsioon ning Eesti Artroskoopia ja Sporditraumatoloogia Selts



**Tartu Ülikooli Kliinikum**  
*Spordimeditsiini ja taastusravi kliinik*



**ÕLALIIGESE KORDUV NIHESTUS LATARJET OPERATSION**