



## Tarkistuslistasi leikkausta varten

- Varmista läheisten tuki
- Huolehdi pitkäaikaissairaudet kuntoon
- Tarkista iho
- Hoida suu/hampaat
- Kiinnitä huomio ravitsemukseesi
- Lopeta kaksi kuukautta ennen leikkausta:
  - tupakointi
  - alkoholin käyttö
  - omega-3 ja muut luontaistuotteet
- Hae kyynärsauvat
  - opettele kyynärsauvakävely
  - ota kyynärsauvat mukaan sairaalaan
- Valmistele koti ja kotiutuminen:
  - selvitä ja varaa tarvittaessa ulkopuolinen apu
  - järjestä turvallinen ja esteetön koti
- Käy sinulle määrätyissä tutkimuksissa
- Täytä sinulle lähetetty Omavointi-kysely
- Varaa aika ja käy tekonivelvalmennuksessa
- Tutustu kotiutumisen edellytyksiin

### Matkat sairaalaan

- Tilaa Kela-taksi numerosta 0800 414 608 (Taksi Helsinki Oy) tai 0800 021 83 (Menevä Oy) viimeistään edellisenä päivänä klo 14 mennessä, mikäli olet oikeutettu Kela-taksin käyttöön.

