

## Liigese kortisoonravi järelhoolduse juhised

Põletikuohu tõttu tuleb pärast protseduuri hoida süstekoht 24 tundi kuivana. Sellel ajal ei ole saunas käimine soovitatav.

Pärast protseduuri püüdke ravi saanud jäset ööpäeva jooksul kasutada nii vähe kui võimalik.

Pärast põlve- või hüppeliigese kortisoonravi juhendab teid raviarst vajaduse korral kasutama küünar- või kaenlakarke.

Vältige umbes nädala jooksul suurt pingutust, nt rasket tööd, tugevat treeningut ja muid tegevusi, mis koormaksid ravi saanud liigest. Ravim mõjub siis paremini ja põletikuline liiges rahuneb.

Ravitud piirkond võib olla veidi valus ja paistes. Kui täheldate liigeses tugevat valu, esineb kuumahoogusid, liiges punetab või on turses, võtke ühendust oma raviarstiga või perearstiga või pöörduge erakorralise meditsiini osakonda ja võtke kaasa käesolev paber.

