



Kedves Betegeink!

Szeretnénk az otthoni lábadozását és a gyógyulási folyamatát segíteni azzal, hogy a kórházból való távozása utáni időszakra vonatkozóan néhány hasznos és praktikus tanáccsal látjuk el Önöket.

Életmódbeli tanácsok műtét után:

- A kezelőorvos által elmondottakat pontosan tartsa be!
- Műtét után a kezelőorvossal megbeszélte ideig pihenés, fizikai kímélet javasolt.
Emelni, hajolni nem szabad!
7-10 napig az ágyból történő felülés első lépése az oldalra fordulás legyen, majd a kar izmait használva tolja fel a felső testét ülő helyzetig. A terhelést fokozatosan építse be a hétköznapi életbe!
- Inkább zuhanyozzon, ne kádban fürödjön! 10-12 napig sebtét vizet ne érje! Az első 4 hétben ne menjen strandra, fürdőbe, kerülje a túl forró vagy túl hideg fürdőt!
- Fokozottan figyeljen a műtét terület tisztaságára, a fedőkötést szükség szerint 2-3 naponta cserélje le! Sebápoláshoz használjon seb-és -bőrfertőtlenítő spray és oldatos készítményeket! (Octenisept spray, Betadine oldat)
2-4 hétig a napozás, szolárium, és szauna használata tilos!
- Ne hordjon szűk, szűrős anyagból készült ruhát, ami irritálhatja a műtét területet, helyette könnyű, lezser, pamut ruházatot válasszon!
- Úszni, kerékpározni műtét után 3-4 hét múlva lehet, nehezebb sporttevékenységet 6-8 hét után folytasson!
- Könnyen emészthető, rostokban dús ételeket fogyasszon 3-4 hétig, lehetőleg többször kis adagokban. (Joghurt, zöldség, gyümölcs) Amennyiben székrekedésre hajlamos ajánlott a műtétet követő első 7-10 napig székletlaxatív (Nem hashajtó!!) készítményeket alkalmazni (lekvár, szirup, draszté).
- Napi 1,5-2 liter szénsavmentes folyadékot fogyasszon!
- Amennyiben vérhígító készítmény adását javasolták, azt naponta ugyanabban az időben szúrja be!

Mikor forduljon orvoshoz?

- Erős vérzés jelentkezik
- Szokatlan sebfájdalom és hirtelen fellépő, indokolatlan tünetek jelentkezésekor.
- Ha a seb megduzzad, piros.
- Ha a sebből véres-savós, esetleg gennyes váladék ürül.
- Ha a seb szétnyílik.
- Láz, hidegrázás esetén.

Mielőbbi gyógyulást kívánva:

Az Egynapos Sebészeti osztály dolgozói