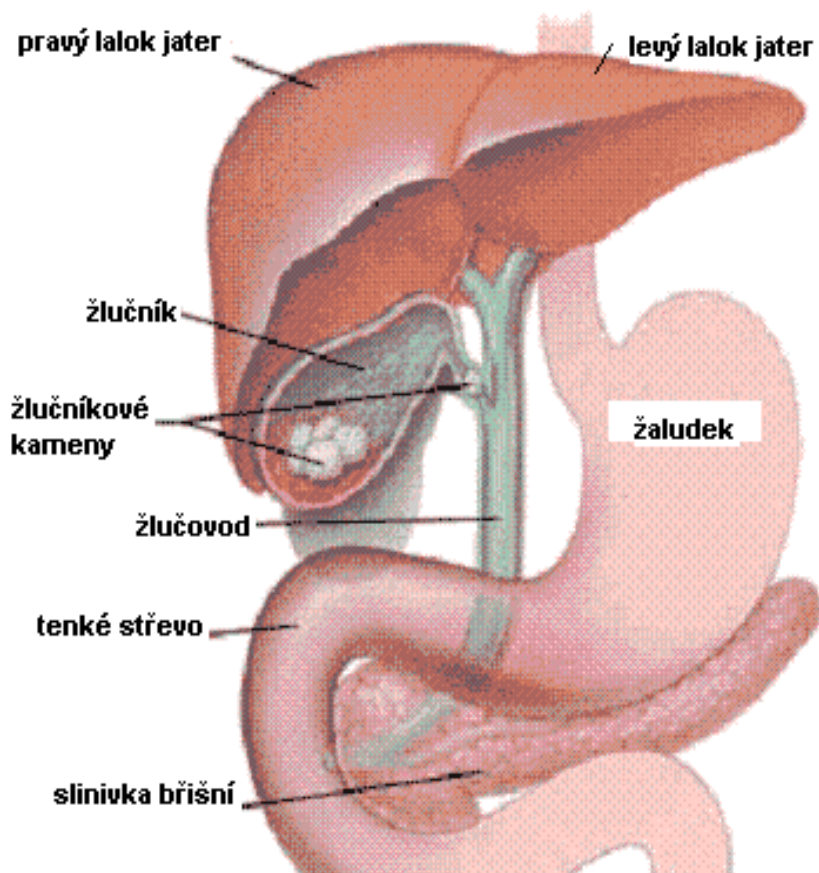


CO BY VÁS MĚLO ZAJÍMAT PO OPERACI JATER



Vážení pacienti,

do rukou dostáváte brožurku, která bude Vaším pomocníkem v pooperačním období v domácím prostředí.

Délka Vaší hospitalizace je individuální a je ovlivněna především rozsahem operačního výkonu, pooperačním průběhem, celkovou kondicí Vašeho organismu a tolerancí stravy.

Lékař je povinen Vám sdělit vše, co se týká Vašeho zdravotního stavu, ptejte se, máte na to právo, dotazy směřujte na dobu ranní vizity, kdy se Vám ošetřující lékař věnuje osobně.

Při ukončení hospitalizace dostanete propouštěcí zprávu, s níž se budete hlásit do 3 pracovních dnů u svého praktického lékaře.

Pokud Vám v nemocnici přidali nové léky, sestra Vám je před propuštěním připraví, aby Vám vystačily do návštěvy praktického lékaře, tedy na tři dny, popřípadě ošetřující lékař na tyto léky vystaví recept.

Kontrola v poradně pro hepatobiliární choroby dle pokynů ošetřujícího lékaře (ST 8:30 – 12:00).

Péče o operační ránu – pokud již nemáte žádné drény, je možné od 3. dne krátké sprchování s použitím nedráždivého mýdla na kůži okolí, po odstranění stehů možno ošetřovat jizvu mastí urychlující hojení (calcium pantothenicum, bepanthen, měsíčková mast, erevit) a jakmile se jizvy zcela zhojí, je možná běžná koupel.

Stehy se odstraňují 7. – 10. pooperační den.

V případě nutnosti převazů operační rány máte možnost využití poradny pro léčbu ran na naší ambulanci v ÚT a ČT 14:00 – 15:00 nebo Vám zajistíme Agenturu domácí péče.

RADY A DOPORUČENÍ

Nejdůležitější je životospráva

- 6 – 8 týdnů po operaci dodržujte dietu s omezením tuků
- nepřejídejte se, ale ani nehladovte
- jídlo konzumujte v přiměřené teplotě, zažívacímu traktu škodí jak příliš studená, tak i horká jídla
- jezte v klidu, jídlo pečlivě rozkousejte
- pokrmy musí být lehce stravitelné, nenadýmavé, nesmí být příliš kořeněné
- omezte potraviny s velkým obsahem cholesterolu
- k přípravě pokrmů volte vaření, dušení, pečení
- věnujte pozornost nesnášenlivosti mléka (je individuální)
- nepijte alkoholické nápoje!
- nekuřte!
- udržujte si svou ideální (doporučenou) hmotnost

Vhodné potraviny

Masa: drůbeží, kuřecí, libové vepřové, telecí, hovězí, štika, pstruh

Uzeniny: šunka, šunkový salám, drůbeží a dietní párky

Mléčné výrobky: dle individuální snášenlivosti, jogurty do 3 g tuku – bílý nebo ovocný, sýry tavené, plátkové, tvarohové do 30 % tuku, ovocná a přírodní jogurtová mléka

Tuky: v omezeném množství, upřednostňujte rostlinné oleje, máslo

Pečivo: bílé, nenadýmavé, rohlíky, veka, netučná vánočka, starší chléb, moučník z piškotového těsta

Nápoje: čaje, neperlivé minerálky, stolní vody, přírodní šťávy, džusy-vždy ředěné

Ovoce: pomeranč, mandarinka, jablko, banán, nektarinka, broskev

Zelenina: mrkev, celer, petržel, rajčata, hlávkový a ledový salát, vařená červená řepa, čínské zelí

Snášenlivost potravin po operaci jater je individuální, a proto vyzkoušejte, co Vám vyhovuje, a potom zařad'te do svého jídelníčku.

Pokud budete chtít podrobnější informace o domácím stravování, obraťte se na Oddělení léčebné výživy, zde ve FN, kde pracují odborně vzdělané nutriční terapeutky, které jsou připravené vždy Vám poradit. K osobní konzultaci je možno se objednat telefonicky.

Samozřejmě, že rozsah operačního výkonu do určité míry musel ovlivnit Váš komfort, většina potíží, které Vás ještě v den propuštění mohou obtěžovat, během rekonvalescence vymizí.

CO JE POTŘEBA JEŠTĚ VĚDĚT

Přiměřená tělesná aktivita – vyberte si pohybovou aktivitu, která Vám přináší radost a uspokojení, vhodné jsou pravidelné procházky.

Rekonvalescence je individuální. Délka pracovní neschopnosti závisí na rozsahu operačního výkonu, následující léčbě, na Vaší profesi a na tom, jak se budete zotavovat.

Máte-li vystaven doklad o pracovní neschopnosti (PN), při propuštění Vám vypíšeme Potvrzení o trvání dočasné pracovní neschopnosti nebo karantény (lístek na peníze), dále pokračuje PN u praktického lékaře.

Pokud by se u Vás po propuštění vyskytly problémy (zarudnutí rány, teploty, bolesti, opakované zvracení), kontaktujte naši ambulanci, v případě poordinační doby oddělení urgentního příjmu.

DŮLEŽITÉ KONTAKTY

I. Chirurgická klinika – ambulance
PO – PÁ 7:00 – 15:30, NE 9:00 – 15:00
Poradna pro hepatobiliární choroby
ST 8:30 – 12:00
tel. 588443308

Oddělení urgentního příjmu
(v případě poordinační doby amb. I. chir. kl.)
tel.588442653

Poradna pro výživu
tel: 588444347
(v areálu FN, žlutá budova u hlavní brány, ul. Hněvotínská)



Hodně štěstí a zdraví

Informační zdroje: I. chirurgická klinika

Ilustrace: <http://www.stefajir.cz/?q=zlucnikove-kameny-zlucnikova-kolika>
<http://www.prayda-a-cest.cz/starsi-clanky2.php>

Vypracovala: Bc. Alena Ševčíková, I. chirurgická klinika

Edukační opora pro pacienty

Odborní konzultanti: MUDr. Martin Loveček, Ph.D., I. chirurgická klinika
Anna Holá, I. chirurgická klinika