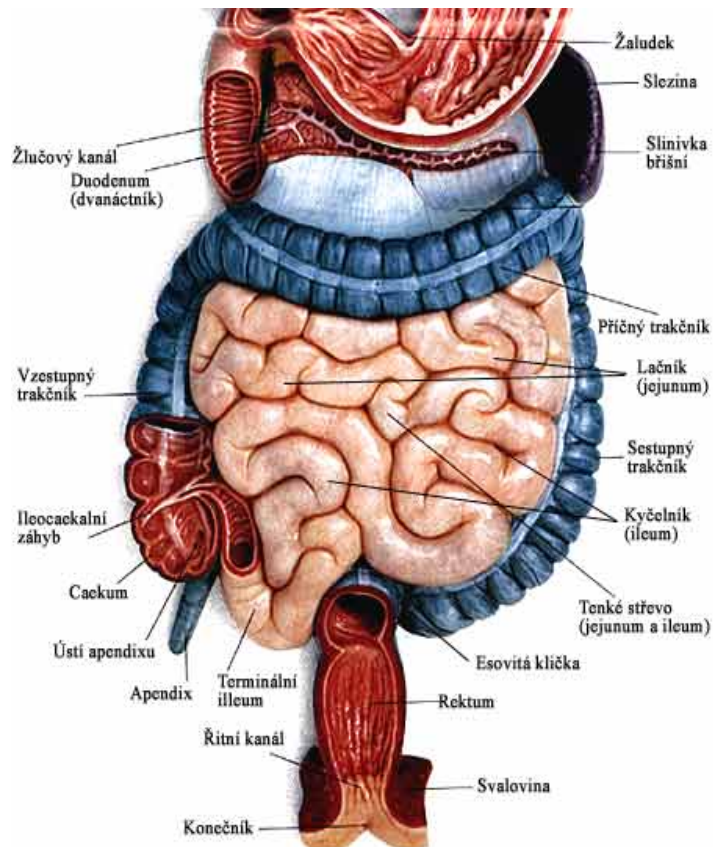


CO BY VÁS MĚLO ZAJÍMAT PO OPERACI TENKÉHO A TLUSTÉHO STŘEVA



Vážení pacienti,

hospitalizace, pokud se nevyskytnou komplikace trvá průměrně 7 - 10 dnů.

Ošetřující 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, se kterou se budete hlásit do 3 pracovních dnů u svého praktického lékaře.

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

Na odstranění stehů, pokud Vám nebyly odstraněny při hospitalizaci, přijdete na naši ambulanci 7. – 10. den po operaci. Stehy Vám může odstranit i praktický lékař nebo Vás praktický lékař odešle na chirurgickou ambulanci ve Vaší spádové oblasti.

Datum kontroly v proktologické poradně Vám sdělí ošetřující lékař.

Péče o ránu – od 3. dne je možné krátké sprchování s použitím nedráždivého mýdla na kůži okolí. Po vytažení stehů ošetřujte jizvu mastí urychlující hojení (calcium pantothenicum, měsíčková mast,...) a jakmile se jizva zcela zhojí, je možná běžná koupel.

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

RADY A DOPORUČENÍ

Nejdůležitější je životospráva

- ❖ Jezte vícekrát denně v menších dávkách.
- ❖ Jezte v klidu, jídlo pečlivě rozkousejte.
- ❖ Nepřejídejte se, ale ani nehladovte.
- ❖ Denně vypijte dostatečné množství tekutin (nejméně 1,5 – 2l)
- ❖ 2 – 3 měsíce po operaci omezte konzumaci dráždivých kořeněných jídel, potravin s vysokým podílem nestravitelných zbytků (ovoce a zelenina se slupkami a peckami, citrusové plody, ananas, semena a oříšky, popcorn,...).
- ❖ Denně jezte kysané mléčné výrobky.
- ❖ Nepijte alkoholické nápoje.
- ❖ Nekuřte!
- ❖ Udržujte si svou ideální (doporučenou) hmotnost.

Vhodné potraviny v pooperačním období (2 – 3 měsíce) :

Masa: drůbeží, kuřecí, libové vepřové, telecí, hovězí, ryby

Uzeniny: šunka, šunkový salám, drůbeží a dietní párky

Přílohy: brambory, bramborová kaše, rýže, těstoviny, bramborové a houskové knedlíky

Mléčné výrobky: dle individuální snášenlivosti, jogurty do 3g tuku – bílý nebo ovocný, sýry tavené, tvarohové, plátkové do 45 % tuku, ovocná a přírodní jogurtová mléka

Tuky: v omezeném množství, upřednostňujte rostlinné oleje a 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: jablka nastrouhaná, banán, kompoty – jablka, meruňky, broskve – do měkka uvařené, ovocné přesnídávky, šťáva – pomeranč, mandarinka

Zelenina: vařená, šťáva mrkvová, rajčatová

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 Vám vždy poradit. K osobní konzultaci je možno se objednat telefonicky.

CO JE POTŘEBA JEŠTĚ VĚDĚT

Přiměřená tělesná aktivita - vyberte si pohybovou aktivitu takovou, která Vám přináší radost a uspokojení. Vhodné jsou pravidelné procházky, postupně plavání, běh, jízda na kole (rekreačně), nikoliv silové sporty (posilování, vzpírání, kulturistika, bojové sporty).

Pokud probíhá hojení operační rány bez komplikací, je vhodné odložit sportovní aktivity nejméně na šest týdnů. Pokud bylo hojení komplikováno např. hnisáním, je doporučeno období klidu zpravidla delší.

Rekonvalescence je individuální. Délka pracovní neschopnosti závisí na průběhu operace, délce hojení a další přidružené nemoci. Vše konzultujte se svým lékařem.

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

Pokud by se u Vás po propuštění vyskytly problémy (zarudnutí rány, teploty, bolesti), 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
tel. 588443308

Proktologická poradna I. chirurgické kliniky
ÚT 8:30 – 12:00 - Doc. Vysloužil, Dr. Halama,
Dr. Klos, Dr. Zbořil
ČT 8:30 – 12:00 - Dr. Zbořil
PÁ 8:30 – 12:00 - Dr. Klementa, Dr. Starý
tel. 588443308

Oddělení urgentního příjmu
(mimo ordinační dobu I. chirurgické kliniky)
tel. 588442653

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



Informační zdroje: www.ordinace.cz

Ilustrace: http://www.srom.hranet.cz/projekty/2007/nehydrovasona/t_ustroji.htm
<http://www.cirkevusti.cz/audio/by/datum/2010-09-19>

Vypracovaly: Bc. Alena Ševčíková, I. chirurgická klinika
Milena Drdáková, I. chirurgická klinika

Edukační opora pro pacienty

Odborný konzultant: doc. MUDr. Kamil Vysloužil, CSc., I. chirurgická klinika