

# CO BY VÁS MĚLO ZAJÍMAT PO OPERACI SLEPÉHO STŘEVA (APENDIXU)

EDUKAČNÍ MATERIÁL PRO PACIENTY ◀.....



FAKULTNÍ NEMOCNICE®  
OLOMOUC

***Vážená paní, Vážený pane,  
do rukou dostáváte brožurku, ve které  
najdete odpovědi na Vaše nejčastější  
otázky, a také bude Vaším pomocní-  
kem v pooperačním období v domá-  
cím prostředí. Pokud byste v ní nena-  
šli odpovědi na všechny Vaše otázky,  
zeptejte se přímo nás, rádi Vám je zod-  
povíme.***

## ■ HOSPITALIZACE

Pokud se nevyskytnou komplikace, je krátkodobá, do domácího ošetření půjdete po kontrole laboratorních výsledků, 4. – 7. den po operaci. Pokud Vám byla operace provedena laparoskopicky, může být délka hospitalizace kratší.

Informace o svém zdravotním stavu získáte od ošetřujícího lékaře. Dotazy směřujte na dobu ranní vizity, kdy se Vám ošetřující lékař osobně věnuje.

## ■ PROPUŠTĚNÍ

Termín Vašeho propuštění stanoví ošetřující lékař. V den ukončení hospitalizace obdržíte prostřednictvím sestry **propouštěcí zprávu**, se kterou se budete hlásit do tří pracovních dnů u svého praktického lékaře.

Pokud Vám v průběhu hospitalizace byly přidány **nové léky**, ošetřující lékař Vám na ně při propuštění vystaví recept.

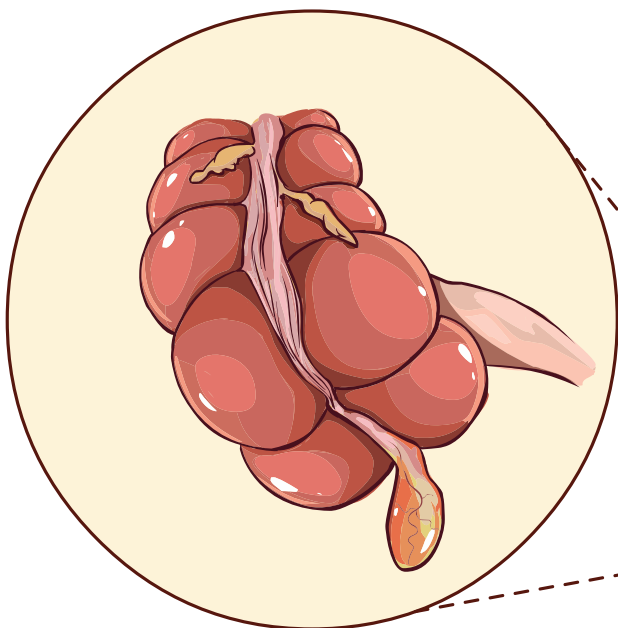
## ■ JAK PEČOVAT O OPERAČNÍ RÁNU

**Stehy** se odstraňují 8. – 10. pooperační den na naší ambulanci, popřípadě Vám je může odstranit i praktický lékař nebo Vás praktický lékař odešle na chirurgickou ambulanci ve Vaší spádové oblasti.

**Hygienická péče** – od třetího pooperačního dne můžete ránu krátce sprchovat vodou, osušit a ponechat bez krytí. Po odstranění stehů sprchujte ránu s použitím nedráždivého mýdla. Jakmile se jizva zcela zhojí, je možná běžná koupel.

**Ošetření jizvy** – po odstranění stehů ošetřujte jizvu mastí urychlující hojení. Dle individuální snášenlivosti můžete použít např. měsíčkovou mast nebo domácí sádlo nesolené.

***Velmi důležité: Před ošetřováním rány si vždy pečlivě umyjte ruce***



V případě nutnosti převazů operační rány máte možnost využití naší ambulance nebo Vám zajistíme Agenturu domácí péče.

## ■ RADY A DOPORUČENÍ

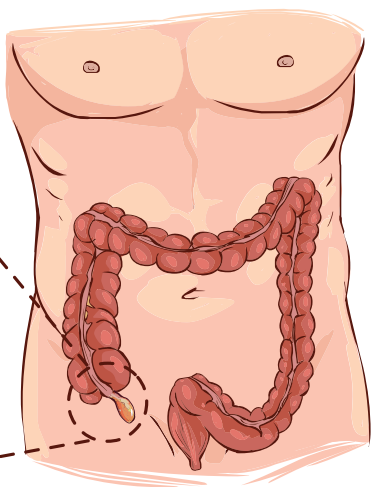
### Prevence vzniku kýly v jizvě

Dodržujte šetrný pooperační režim bez fyzické zátěže po dobu 6 týdnů po klasické operaci, 4 týdny po operaci laparoskopické. Šetrně sedejte přes bok, při kašli rukama stiskněte břicho.

### Důležitá je životospráva

- 3 – 4 týdny po operaci dodržujte dietní omezení
- strava by měla být lehce stravitelná, nenadýmavá, bez slupek a zrníček
- vynechávejte jídla smažená, tučná, pikantní, překořeněná
- jezte vícekrát denně v menších porcích (5 – 6x)
- jezte v klidu, vsedě, jídlo pečlivě rozkousejte
- nepřejídejte se, ale ani nehladovte
- denně vypijte dostatečné množství tekutin (nejméně 1,5 – 2l)
- omezte alkohol a kouření

**Informace o dietě obdržíte před propuštěním formou letáčku.**



## **Přiměřená tělesná aktivita**

Vyberte si pohybovou aktivitu, která Vám přináší radost a uspokojení, vhodné jsou pravidelné procházky. Sportovní aktivity odložte nejméně na 6 týdnů. Po této době je již stěna břišní většinou zcela zhojena a tedy i připravena odolávat zvýšené námaze. Můžete začít plaváním, jízdou na kole, v zimě na rotopedu, nikoliv silovými sporty (posilování, vzpírání, bojové sporty).

Pokud bylo hojení rány komplikováno (např. hnisáním), je doporučené období klidu zpravidla delší.

## **Rekonvalescence**

Zotavení po operaci je individuální. Po laparoskopické operaci 2 – 3 týdny, po klasické operaci 6 týdnů, záleží na Vaší pracovní profesi a na tom, jak se budete zotavovat.

## **■ CO JE POTŘEBA JEŠTĚ VĚDĚT**

Pokud by se u Vás po propuštění vyskytly potíže (zarudnutí rány, zvýšená teplota, bolesti), kontaktujte naši ambulanci, po skončení ordinační doby kontaktujte oddělení urgentního příjmu.

### ZPRACOVALA:

Bc. Alena Ševčíková

### ODBORNÝ KONZULTANT:

prof. MUDr. Kamil Vysloužil, CSc.

Mgr. Věra Smolíková

### INFORMAČNÍ ZDROJE:

I. chirurgická klinika

### KONTAKT

**I. chirurgická klinika**

**Fakultní nemocnice Olomouc**

I. P. Pavlova 185/6, 779 00 Olomouc

**tel.:** (+420) 588 411 111

**e-mail:** info@fnol.cz

**www.fnol.cz**



FAKULTNÍ NEMOCNICE®  
OLOMOUC