

Pokud máte zájem o podrobnější informace o domácím stravování, obraťte se na Oddělení léčebné výživy FNOL, kde pracují odborně vzdělané nutriční terapeutky, které jsou připravené vždy Vám poradit. K osobní konzultaci je možno se objednat telefonicky (tel. kontakt najdete v letáčku).

Přiměřená tělesná aktivita

Vyberte si pohybovou aktivitu, která Vám přináší radost a uspokojení, vhodné jsou pravidelné procházky. Postupně můžete začít plaváním, jízdou na kole, v zimě na rotopedu, nikoliv silovými sporty (posilování, vzpírání, ...). 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.

Samořejmě, 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

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

Veškeré informace o provozu jednotlivých ambulancí a telefonních číslech najdete na internetových stránkách FNOL:

www.fnol.cz

a I. chirurgické kliniky FNOL:

www.fnol.cz/kliniky-ustavy-oddeleni/i-chirurgicka-klinika/jak.se-objednat

Zpracovala:

Bc. Alena Ševčíková

Odborný konzultant:

doc. MUDr. Radek Vrba, Ph.D.

Mgr. Věra Smolíková

Informační zdroje:

I. chirurgická klinika

Ilustrace:

<http://www.ahaonline.cz/clanek/musite-vedet/69150/mala-hrdinka-transplantovali-ji-sest-organu-naraz.html>

Fm-L009-027-EM-043 (v1)

Kontakt

Fakultní nemocnice Olomouc
I. chirurgická klinika
I. P. Pavlova 185/6, 779 00 Olomouc
tel.: +420 588 411 111
e-mail: info@fnol.cz
www.fnol.cz



Fakultní nemocnice Olomouc
profesionalita a lidský přístup

CO BY VÁS MĚLO ZAJÍMAT PO OPERACI JÍCNU



EDUKAČNÍ MATERIÁL PRO PACIENTY



Vážená paní, Vážený pane,

do rukou dostáváte brožurku, ve které najdete odpovědi na Vaše nejčastější otázky, a také bude Vaším pomocníkem v pooperačním období v domácím prostředí. Pokud byste v ní nenašli odpovědi na všechny Vaše otázky, zeptejte se přímo nás, rádi Vám je zodpovíme.

HOSPITALIZACE

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

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. V propouštěcí zprávě bude mimo jiné uvedeno datum kontroly v poradně pro choroby horního GIT (gastrointestinálního traktu).

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, obvykle ještě za hospitalizace.

Hygienická péče – od třetího pooperačního dne (pokud nemáte žádné drény) 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. Ránu je vhodné v pooperačním období stahovat břišním pásem, zvláště pokud Vás trápí kašel.

Prevence vzniku kýly v jizvě – dodržujte šetrný pooperační režim bez fyzické zátěže po dobu 6 – 8 týdnů. Šetrně sedejte přes bok, při kašli rukama stiskněte břicho.

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

Po odstranění jícnu s následnou náhradou, ať žaludkem či tlustým střevem, dochází k výrazným změnám ve funkci trávicího ústrojí.

Důležitá je životospráva

- během prvních 6 týdnů po operaci dodržujte dietní omezení
- jezte vícekrát denně (6 – 8x) po menších porcích – nejlépe ve dvouhodinových intervalech
- nepřejídejte se, ale ani nehladovte
- jezte vsedě, pomalu a v klidu, jídlo pečlivě rozkousejte
- jídlo konzumujte v přiměřené teplotě, zažívacímu traktu škodí jak příliš studená, tak i horká jídla
- po jídle nelehejte, odpočiňte si vsedě či aktivně procházkou
- nekonzumujte potraviny, které zvětšují svůj objem nabobtnáním, jako je bílé pečivo, rýže, knedlík
- strava by měla být bohatší na bílkoviny, s dostatkem vitamínů a minerálů
- k přípravě pokrmů volte vaření, dušení, pečení pod pokličkou
- nepijte nápoje během jídla, raději mezi jídly
- nepijte alkoholické nápoje, zrnkovou kávu a syčené nápoje a nekuřte
- pohybová aktivita je žádoucí, střídejte s odpočinkem
- vyhýbejte se stresu

Informace o dietě obdržíte před propuštěním formou letáčku.

Snášenlivost potravin po operaci jícnu je individuální, a proto vyzkoušejte, co Vám vyhovuje, a potom zařaďte do svého jídelníčku.