

**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.

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**

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](http://www.fnol.cz)

a I. chirurgické kliniky FNOL:

[www.fnol.cz/kliniky-ustavy-oddeleni/i-chirurgicka-klinika/jak.se-objednat](http://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)

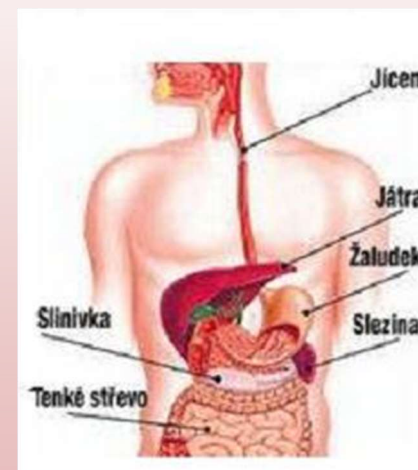
### **Kontakt**

Fakultní nemocnice Olomouc  
I. chirurgická klinika  
Zdravotníků 248/7, 779 00 Olomouc  
tel.: +420 588 411 111  
e-mail: [info@fnol.cz](mailto:info@fnol.cz)  
[www.fnol.cz](http://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.