

Pokud budete mít 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. Sportovní aktivity odložte na 6–8 týdnů. Po této době je již stěna břišní zcela zhojena, a tedy i připravena odolávat zvýšené námaze. Můžete začít plaváním, jízdou na kole, v zimě na rotopedu, nikoliv silovými sporty (posilování, bojové sporty).

**Rekonvalescence** je individuální. Délka pracovní neschopnosti závisí na rozsahu operačního výkonu, následující léčbě, na Vaší 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 ordinace 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:

MUDr. et Mgr. Pavel Skalický, Ph.D.

Mgr. Věra Smolíková

Bc. Denisa Bednářová, Dis.

### Informační zdroje:

I. chirurgická klinika

### Ilustrace:

<http://www.stfranciscare.org/saintfrancisdoctors/cancercenter/nci/popUpDefinitions.aspx?id=CDR46312.xml>

Fm-L009-027-EM-055 (v1)

### Kontakt

Fakultní nemocnice Olomouc

I. chirurgická klinika

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

tel.: +420 588 411 111

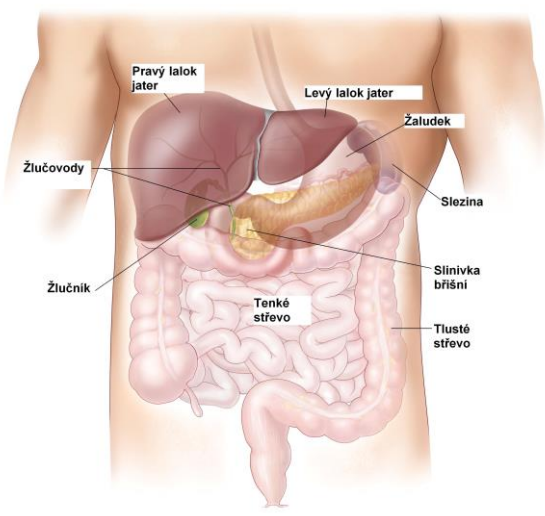
e-mail: [info@fnol.cz](mailto:info@fnol.cz)

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



Fakultní nemocnice Olomouc  
profesionalita a lidský přístup

## CO BY VÁS MĚLO ZAJÍMAT PO OPERACI SLINIVKY BŘIŠNÍ



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 jater, slinivky a žlučových cest.

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

## JAK PEČOVAT O OPERAČNÍ RÁNU

**Stehy** – odstraňují se 10. – 12. pooperační den, obvykle ještě za hospitalizace nebo přijdete na naši 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 RUCI

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 6–8 týdnů. Šetrně sedejte přes bok, při kašli rukama stiskněte břicho.

**U některých pacientů** (velká operační rána, obezita, komplikované hojení rány) může lékař doporučit v pooperačním období (2–3 měsíce) nosit **břišní pás**, zejména při činnostech v průběhu dne.

**Po operaci slinivky, při jejím částečném odstranění**, vždy individuálně dle kontroly laboratoře, je nutné dodržovat dietu s omezením tuků nebo dietu diabetickou šetřící a nahrazovat pankreatické enzymy vhodnými preparáty.

**Při odstranění celé slinivky** je nutné dodržovat režim diabetika a taktéž nahrazovat pankreatické enzymy vhodnými preparáty. Během hospitalizace Vás navštíví lékař – diabetolog, který nastaví Vaši léčbu. Edukační sestra z diabetologie Vás poučí o aplikaci inzulínu, kontrolách glykemie, možných komplikacích a vše o diabetické dietě se dozvíte od nutriční terapeutky.

## Důležitá je životospráva

- po operaci slinivky dodržujte dietu (s omezením tuků či diabetickou šetřící)
- pankreatické enzymy nahrazujte vhodnými preparáty dle ordinace lékaře
- vynechávejte jídla smažená, tučná, pikantní, překořeněná, nadýmavá
- jezte vícekrát denně po menších porcích (5–6 x)
- nepřejídejte se, ale ani nehladovte
- jídlo konzumujte v přiměřené teplotě, zaživačím traktu škodí jak příliš studená, tak i horká jídla
- jezte v klidu, jídlo pečlivě rozkousejte
- denně vypijte dostatečné množství tekutin (nejméně 1,5 – 2 l)
- nepijte alkoholické nápoje, nekuřte
- udržujte si svou ideální (doporučenou) hmotnost
- vyhýbejte se stresu

Snášenlivost potravin po operaci slinivky břišní je individuální, a proto vyzkoušejte, co Vám vyhovuje, a potom zařadte do svého jídelníčku.

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