

Dôležité sú pre vás najmä pokyny, ktoré ste dostali od operátora.

Ďalšie odporúčania v súvislosti s operáciou:

Pred ošetrením:

Večer

pred ošetrením jedzte už len ľahkú stravu. Nekonzumujte ťažko stráviteľnú potravu - jedlá, ktoré spôsobujú zvýšenú plynatosť, či pálenie záhy. Nejedzte veľmi kyslé, či slané jedlá. Napite sa koľko potrebujete. Zbytočne neponucujte a skúste sa, podľa možnosti, dobre vyspať.

Ráno

už nejedzte tuhú potravu, môžete sa bez obáv napiť. Môže vypiť 2 – 3 decilitre ne podráždivého nápoja - slabší čaj, môže byť sladký, málo sytenú vodu, alebo obyčajnú vodu. Nepite mlieko, džúsy, podľa možnosti ani kávu. V prípade, že máte naplánovaný neskorší termín operácie v priebehu dňa, nejedzte 4 hodiny pred operáciou.

Oblečenie:

Vhodné je voľné pohodlné farebné oblečenie, ako na doma. Ak plánujete operáciu v oblasti hlavy hrudníka a brucha, zvolte si horný diel oblečenia na rozopínanie. Ľahšie sa po operácii oblieka. Z odevu cez hlavu je vhodné len „vyťahané tričko“. Vhodné je zobrať si so sebou i rezervné oblečenie, „nehody“ vedúce k znečisteniu odevu sú možné.

Doprava:

Zaistite si dopravu na ošetrenie a najmä **späť** autom. Nie je optimálne po ošetrení v celkovej anestézii cestovať hromadnou dopravou. **Po celkovom znecitlivení nemôžete minimálne 24 hodín sám šoférovať.**

Po ošetrení:

Po prepustení z ambulantného zariadenia by ste doma nemali byť bez prítomnosti inej dospelaj osoby, optimálne, do ďalšieho rána. Je vhodné myslieť na to dopredu. Naš lekár bude pre vás dostupný na telefóne do rána. Večer po prepustení vám aktívne zavoláme a podľa potreby poradíme. Sami nám môžete telefonovať, ako potrebujete.

V prípade, že nebude možné prepustiť vás po operácii, z akéhokoľvek dôvodu, do domáceho liečenia, zostanete na prebúdzanej izbe v príslušnom zdravotníckom zariadení do rána, pod dozorom odborného personálu. Určite vás operatér upozorní i na túto možnosť dopredu.

Po príchode domov je vhodné prvé dni len polihovať a **chodiť** po byte. Zbytočná záťaž môže spôsobiť zhoršenie pooperačných bolestí a nevoľnosti. Primeraná záťaž - napínanie svalstva dolných končatín a dostatočná hydratácia je najlepšou prevenciou tromboembolických pooperačných komplikácií.

Dbajte na pravidelný a dostatočný príjem tekutín. Piť treba po menších dávkach a častejšie.

Známkou dostatočného príjmu tekutín a hydratácie organizmu je častejšie a výdatnejšie močenie.

Tekutiny a funkčný tráviaci trakt, sú potrebné i na príjem analgetík, tabletiiek proti bolesti. Tabletky užívajte len podľa ordinácií pri prepustení.

V prípade že Vám nebude zle od žalúdka po napití, môžete skúsiť ľahké jedlo asi po 2 hodinách. Ľahké jedlo môže byť pečivo s troškou masla, zemiaková kaša, polievky a pod. Neurobíte chybu, keď nebudete jesť do ďalšieho rána.

Vhodné je premerať si viackrát teplotu a podľa výsledku i v noci.