

Přiměřená tělesná aktivita

Vyberte si pohybovou aktivitu, která Vám přináší radost a uspokojení, vhodné jsou pravidelné procházky. Dodržujte šetrný pooperační režim bez fyzické zátěže po dobu 6 týdnů. Šetrně sedejte přes bok, při kašli rukama stiskněte břicho.

Doživotní omezení

Vyvarujte se těžší fyzické práci, zejména v předklonu, zvedání břemen, snažte se předcházet úpornému kašli.

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 (polykací, dýchací), 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.dallasreflux.com/wp-content/uploads/2009/11/lap-fundoplication.jpg>

Fm-L009-027-EM-041 (v1)

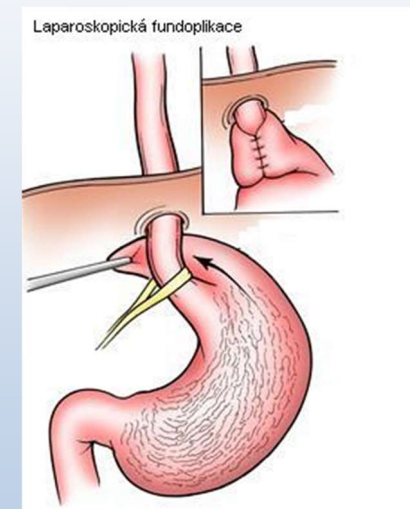
Kontakt

Fakultní nemocnice Olomouc
I. chirurgická klinika
Zdravotníků 248/7, 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 BRÁNIČNÍ KÝLY



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.

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 7. – 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.

Kontrola v poradně pro choroby horního GIT (gastrointestinálního traktu) není nutná, pokud nemáte potíže.

Hygienická péče – od 3. 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

Důležitá je životospráva

- nejméně 6 týdnů nekonzumujte bílé pečivo, rýži, knedlíky a suché kuřecí maso
- nepřejídejte se, ale ani nehladovte
- jídlo konzumujte v přiměřené teplotě, zažívacímu traktu škodí jak příliš studená, tak i horká jídla
- jezte v klidu, častěji a menší porce (6 – 8x denně), potravu dobře požvýkejte (dbejte na kvalitu chrupu)
- jezte zásadně vsedě nebo ve stoji, nikdy vleže
- nelehejte nejméně 2 hod. po jídle
- omezte množství alkoholu a kouření
- vyhýbejte se stresu

Informace o dietě obdržíte před propuštěním formou letáčku.

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 Vám vždy poradit. K osobní konzultaci je možno se objednat telefonicky (tel. kontakt najdete v letáčku).

