

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

a I. chirurgické kliniky FNOL:

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

Zdravotníků 248/7, 779 00 Olomouc

tel.: +420 588 411 111

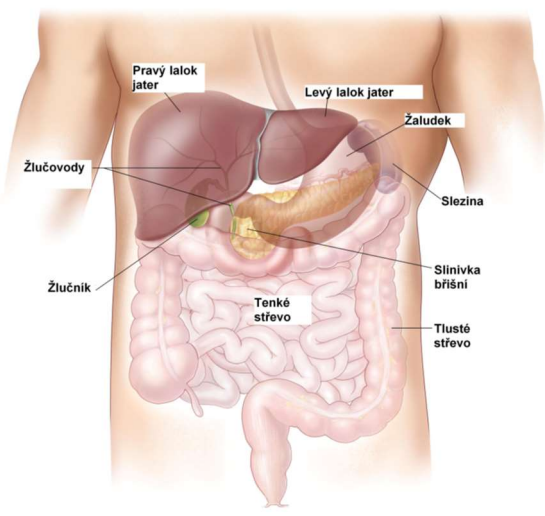
e-mail: info@fnol.cz

www.fnol.cz



Fakultní nemocnice Olomouc
profesionalita a lidský přístup

CO BY VÁS MĚLO ZAJÍMAT PO OPERACI 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 naší 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 neдрáždívého 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, zažívacímu 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.