



ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

➤ Τι να αναμένω μετά την επέμβαση?

-Η ανάρρωση εξαρτάται από το είδος της επέμβασης, την αιτία που έγινε το χειρουργείο, καθώς και από την κατάσταση υγείας του ασθενούς πριν το χειρουργείο.

-Οι περισσότεροι άνθρωποι χρειάζονται 4-6 εβδομάδες μετά το χειρουργείο έως ότου αποκατασταθεί η υγεία τους στο φυσιολογικό. Δεν είναι ασυνήθιστο να ανακαλύψετε μια ανορεξία, αδυναμία, μη ικανοποιητικό ύπνο και μια δυσφορία κατά την περίοδο αυτή. Εάν τα συμπτώματα επιμείνουν ή χειροτερέψουν επικοινωνήστε με την χειρουργική κλινική ή το γιατρό σας.

➤ Πώς θα διαχειριστώ τον πόνο στο σπίτι?

-Η διαχείριση του πόνου πετυχαίνεται με τη λήψη παυσίπων (Deron, Arotel, Ponstan-οχι Aspirin) κανονικά στην ώρα τους (συνήθως κάθε 4-6 ώρες)

-Μην οδηγείτε ή πίνετε αλκοόλ όταν λαμβάνονται ισχυρά παυσίπονα.

➤ Πώς να φροντίσω την τομή μου?

-Μπορείτε να ρίξετε νερό μετά την 3 μέρα αλλά όχι να λούσετε ή να μουσκέψετε το τραύμα-τομή.

-Μην απλώνετε αλοιφές ή πούδρες πάνω στην τομή ή το τραύμα.

-Μην καπνίζετε. Το κάπνισμα δεν βοηθάει στην ανάρρωση.

-Εάν έχετε ταινίες αυτοκόλλητες (steri strips) στην τομή σας αφήστε τα στην θέση τους έως αρχίσουν να ξεκολλάνε φυσιολογικά. Εάν έχουν αλλάξει χρώμα ή βρωμίσουν μπορείτε να τα αφαιρέσετε 10-14 μέρες μετά την εφαρμογή τους .

- Η αφαίρεση των ραμμάτων γίνεται την 8^η μετεγχειρητική ημέρα.

➤ Ποιοι είναι οι περιορισμοί στις κινήσεις-δραστηριότητες μου?

-Περπατάτε όσο μπορείτε. Βαθμιαία αυξήστε το εύρος του χρόνου και της απόστασης που περπατάτε.

-Μην οδηγείται μέχρι να σας το επιτρέψει ο γιατρό σας σε μια επίσκεψη επανελέγχου. Συνήθως μπορείτε να οδηγήσετε 2-3 εβδομάδες μετά την επέμβαση και το επίπεδο των δραστηριοτήτων σας έχει επιστρέψει στο φυσιολογικό.

-Μην μεταφέρετε, σπρώξετε, ή τραβήξετε κάτι βαρύτερο από 5 κιλά για 4-5 εβδομάδες ή όσο σας έχει επισημανθεί από τον γιατρό σας.

➤ Πότε να τηλεφωνήσω για συμβουλές ?

-Εάν η θερμοκρασία σας είναι πάνω από 37,8C ή έχετε ρίγος

-Εάν έχετε ναυτία, ή αναπτύξετε έντονη δυσκοιλιότητα, διαρροϊκές κενώσεις ή δεν μπορείτε να φάτε.

-Εάν η τομή σας αρχίζει να γίνεται κόκκινη, επώδυνη, να κλυδάζει ή αρχίζει να ανοίγει.

Τηλέφωνο επικοινωνίας: 2313 322 125 - 2313 322 128

Ελένης Ζωγράφου 2, Θεσσαλονίκη, ΤΚ 546 34, Τηλ: 2313 322 125 Fax: 2313 322 146