



Kedves Betegeink!

Szeretnénk az otthoni lábadozását és a gyógyulási folyamatát segíteni azzal, hogy a kórházból való távozása utáni időszakra vonatkozóan néhány hasznos és praktikus tanáccsal látjuk el Önöket.

Életmódbeli tanácsok műtét után:

- A kezelőorvos által elmondottakat pontosan tartsa be!
- Műtét után a kezelőorvossal megbeszélte ideig pihenés, fizikai kímélet javasolt. Emelni, hajolni nem szabad!
A terhelést fokozatosan építse be a hétköznapi életbe!
- Inkább zuhanyozzon, ne kádban fürödjön! Az első 4 hétben ne menjen strandra, fürdőbe, kerülje a túl forró vagy túl hideg fürdőt! Fokozottan figyeljen a műtési terület tisztaságára, ezt segíti a Betadine oldatos lemosás is. Bepanthen kenőcs napközbeni alkalmazása javasolt! Helyileg jó hatású a hűtés (szárazjég, jégzselé) alkalmazása. 2-4 hétig a napozás, szolárium, és szauna használata tilos!
- Ne hordjon szűk, szűrős anyagból készült ruhát, ami irritálhatja a műtési területet, helyette könnyű, lezser, pamut ruházatot válasszon!
- Úszni, kerékpározni műtét után 3-4 hét múlva lehet, nehezebb sporttevékenységet 6-8 hét után folytasson!
- Könnyen emészthető, rostokban dús ételeket fogyasszon 3-4 hétig, lehetőleg többször kis adagokban. (Joghurt, zöldség, gyümölcs) Amennyiben székrekedésre hajlamos ajánlott a műtétet követő első 7-10 napig székletlazító (Nem hashajtó!!) készítményeket alkalmazni (lekvár, szirup, draszté).
- Napi 1,5-2 liter szénsavmentes folyadékot fogyasszon!

Mikor forduljon orvoshoz?

- Erős vérzés jelentkezik
- Szokatlan sebfájdalom esetén.
- Ha a seb megduzzad, piros.
- Ha a sebből véres-savós, esetleg gennyes váladék ürül.
- Ha a seb szétnyílik.
- Láz, hidegrázás esetén.
- Hirtelen fellépő, indokolatlan tünetek jelentkezésekor.

Mielőbbi gyógyulást kívánva:

Az Egynapos Sebészeti osztály dolgozói