

Πριν την επέμβαση

Τις ημέρες που προηγούνται της χειρουργικής επέμβασης, θα χρειαστεί να κανονίσετε τα ταξίδια σας για να μεταβείτε από και προς το νοσοκομείο και να σκεφτείτε τι να ετοιμάσετε.

Βεβαιωθείτε ότι έχετε ενημερώσει αρκετά την οικογένεια και τους φίλους σας σχετικά με την επέμβαση σας, ώστε να μπορούν να πάρουν άδεια από τη δουλειά για να είναι μαζί σας, εάν είναι απαραίτητο.

Ελέγξτε την πολιτική του νοσοκομείου σας σχετικά με τις ώρες επισκέψεων και ενημερώστε την οικογένεια και τους φίλους σας.

Ελέγξτε την ιστοσελίδα του νοσοκομείου για περισσότερες πληροφορίες.

Βρείτε τα στοιχεία επικοινωνίας του νοσοκομείου

Προεγχειρητική εκτίμηση

Θα σας ζητηθεί να παρακολουθήσετε μια προεγχειρητικό έλεγχο.

Θα πραγματοποιηθούν ορισμένες εξετάσεις.

Αυτό γίνεται για να ελέγξετε εάν έχετε ιατρικά προβλήματα που μπορεί να χρειαστεί να αντιμετωπιστούν πριν από την επέμβαση ή εάν θα χρειαστείτε ειδική φροντίδα κατά τη διάρκεια ή μετά την επέμβαση.

Οι εξετάσεις που θα κάνετε θα εξαρτηθούν από την επέμβαση και το είδος της αναισθησίας που θα κάνετε.

Θα σας δοθούν σαφείς πληροφορίες σχετικά με:

εάν πρέπει να σταματήσετε να τρώτε και να πίνετε τις ώρες πριν από την επέμβαση
εάν πρέπει να σταματήσετε να παίρνετε τα συνήθη φάρμακά σας πριν πάτε στο νοσοκομείο
τι να φέρετε μαζί σας στο νοσοκομείο
εάν θα χρειαστεί να μείνετε στο νοσοκομείο όλη τη νύχτα και, εάν ναι, για πόσο καιρό

Χρειάζεστε άδειο στομάχι κατά τη διάρκεια της επέμβασης, ώστε να μην κάνετε εμετό ενώ είστε υπό αναισθησία.

Εάν παίρνετε ινσουλίνη λόγω διαβήτη, θα πρέπει να αποφεύγετε να τρώτε και να πίνετε πριν από τη χειρουργική επέμβαση, αλλά βεβαιωθείτε ότι η ιατρική ομάδα σας γνωρίζει την κατάστασή σας, ώστε να μπορούν να ληφθούν οι κατάλληλες προφυλάξεις.

Θα χρειαστεί να αφαιρέσετε, το μακιγιάζ και το βερνίκι νυχιών πριν από την επέμβαση.

Αυτό μπορεί να βοηθήσει στη μείωση των ανεπιθύμητων βακτηρίων που εισάγονται στο νοσοκομείο. Βοηθά επίσης τους γιατρούς να δουν το δέρμα και τα νύχια σας για να βεβαιωθούν ότι η κυκλοφορία του αίματος σας είναι υγιής.

Ορισμένα νοσοκομεία μπορεί να σας ζητήσουν να κάνετε μπάνιο ή ντους πριν έρθετε για την επέμβαση.

Εάν μείνετε στο νοσοκομείο, μπορεί να θέλετε να πακετάρετε:

ένα νυχτικό ή πιτζάμες
ρούχα ημέρας
καθαρά εσώρουχα

ρόμπα και παντόφλες
μικρή πετσέτα χεριών
προϊόντα περιποίησης – σαπούνι, οδοντόβουρτσα, οδοντόκρεμα, σαμπουάν, αποσμητικό
επιθέματα ή ταμπόν περιόδου
ξυράφι και υλικά ξυρίσματος
χτένα ή βούρτσα μαλλιών
βιβλίο ή περιοδικά
μικρό χρηματικό ποσό
φάρμακα που παίρνετε συνήθως και μια λίστα με τις δόσεις για κάθε φάρμακο
γυαλιά ή φακούς επαφής με θήκη
σημειωματάριο και στυλό
βιβλίο διευθύνσεων και σημαντικούς αριθμούς τηλεφώνου, συμπεριλαμβανομένων των στοιχείων
επικοινωνίας του γιατρού σας

Σκεφτείτε πώς θα φτάσετε στο νοσοκομείο και θα επιστρέψετε ξανά. Δεν θα μπορείτε να οδηγήσετε μόνοι σας στο σπίτι, επομένως θα πρέπει να κανονίσετε τη μεταφορά ή να ζητήσετε βοήθεια από έναν φίλο ή συγγενή.
Σε ορισμένες περιπτώσεις, το νοσοκομείο μπορεί να κανονίσει τη μεταφορά σας στο σπίτι.

Ακύρωση

Εάν δεν μπορείτε να παρευρεθείτε στο ραντεβού σας στο νοσοκομείο ή δεν αισθάνεστε αρκετά καλά για να κάνετε την εγχείρησή σας, ενημερώστε το νοσοκομείο το συντομότερο δυνατό. Θα μπορούν να σας μιλήσουν για την αναδιάταξη του ραντεβού.

Ενημερώστε τον χειρουργό σας εάν εμφανίσετε βήχα, κρυολόγημα ή υψηλή θερμοκρασία λίγες ημέρες πριν από την επέμβαση. Θα σας ενημερώσουν εάν η επέμβαση σας μπορεί να προχωρήσει.

Μετά την επέμβαση

Μετά τη χειρουργική επέμβαση, θα μεταφερθείτε πίσω στον θάλαμο ή στην αίθουσα ανάνηψης, όπου θα σας πουν πώς πήγε η επέμβαση.

Μπορεί να αισθάνεστε θολός ή αγχώδης καθώς τελειώνει η γενική αναισθησία. Μια νοσοκόμα μπορεί να σας δώσει οξυγόνο (μέσω σωλήνων στη μύτη σας ή μάσκας) για να σας βοηθήσει να νιώσετε καλύτερα.

Είναι σύνηθες να αισθάνεστε αδιαθεσία ή να κάνετε εμετό αφού σας χορηγηθεί γενική αναισθησία. Η νοσοκόμα σας μπορεί να σας προσφέρει φάρμακα για να σας βοηθήσει. Μπορεί επίσης να έχετε πονόλαιμο και ξηροστομία.

Η αρτηριακή σας πίεση θα μετράται τακτικά. Αυτό θα γίνει είτε από μια νοσοκόμα, είτε χρησιμοποιώντας μια αυτόματη περιχειρίδα που σφίγγει σφιχτά σε τακτά χρονικά διαστήματα. Θα μετρηθεί επίσης η θερμοκρασία σας.

Το αποτέλεσμα της επέμβασης σας

Είναι σημαντικό να μάθετε πώς πήγε η εγχείρησή σας.

Ακολουθούν ορισμένες ερωτήσεις που μπορεί να θέλετε να κάνετε:

Ήταν η επέμβαση τόσο επιτυχημένη όσο αναμενόταν;
Τι επίδραση είχε η επέμβαση στην κατάστασή μου;
Πώς θα περιμένω να νιώσω όταν επιστρέψω σπίτι;
Πόσος χρόνος θα περάσει για να επιστρέψω στο φυσιολογικό;
Αντιμετώπιση του πόνου

Θα έχετε πάντα λίγο πόνο μετά την επέμβαση. Ενημερώστε τη νοσοκόμα σας μόλις αρχίσετε να αισθάνεστε πόνο, ώστε να σας δώσει παυσίπονα το συντομότερο δυνατό.

Αυτό θα σταματήσει να επιδεινώνεται (το φάρμακο μπορεί να πάρει 20 λεπτά για να αρχίσει να λειτουργεί) και θα το βελτιώσει.

Αποφυγή θρόμβων αίματος

Όσο πιο γρήγορα αρχίσετε να μετακινείστε, τόσο το καλύτερο. Το να ξαπλώνετε για πολύ καιρό στο κρεβάτι μπορεί να κάνει λίγο από το αίμα σας να λιμνάζει στα πόδια σας. Αυτό σας θέτει σε κίνδυνο θρόμβου αίματος.

Εάν είναι δυνατόν, κάνοντας κάποιες ασκήσεις ποδιών μπορεί να αποτραπεί ο θρόμβος αίματος. Αυτά μπορεί να είναι τόσο απλά όσο να λυγίζετε τα γόνατα ή τους αστραγάλους σας και να περιστρέφετε τα πόδια σας.

Μπορεί να σας δοθούν ειδικές κάλτσες υποστήριξης (κάλτσες συμπίεσης) για να φορέσετε μετά την επέμβαση για να βοηθήσετε την κυκλοφορία του αίματος σας. Η νοσοκόμα ή ο γιατρός σας θα σας εξηγήσει πώς πρέπει να τα χρησιμοποιείτε.

Σε μερικούς ανθρώπους χορηγείται μια ένεση για να αραιώσει ελαφρώς το αίμα για να βοηθήσει στη μείωση του κινδύνου θρόμβων.

Ενισχυμένη αποκατάσταση

Η έρευνα δείχνει ότι όσο νωρίτερα σηκωθείτε από το κρεβάτι και αρχίσετε να περπατάτε, να τρώτε και να πίνετε μετά την επέμβαση, τόσο το καλύτερο.

Το νοσοκομείο σας μπορεί να προσφέρει ένα ενισχυμένο πρόγραμμα αποκατάστασης εάν έχετε υποβληθεί σε σοβαρή χειρουργική επέμβαση. Αυτό το πρόγραμμα αποκατάστασης στοχεύει να σας επαναφέρει γρήγορα στην πλήρη υγεία.

Προγραμματίστε τις μέρες σας μετά την επέμβαση

Δεν πρέπει να φοβάστε να ζητήσετε πράγματα που μπορεί να σας βοηθήσουν, όπως ένα αναπηρικό καροτσάκι ή ένα πλαίσιο για περπάτημα.

Είναι καλή ιδέα να έχετε στη διάθεσή σας έναν ενήλικα για να σας βοηθήσει για τουλάχιστον 24 ώρες μετά τη γενική αναισθησία ή μια επισκληρίδιο.

Εξιτήριο από το νοσοκομείο

Πριν φύγετε από το νοσοκομείο, μπορείτε (ανάλογα με τον τύπο της επέμβασης που είχατε) να κλείσετε ραντεβού με έναν φυσιοθεραπευτή. Θα μπορούν να σας συμβουλευθούν για τυχόν ασκήσεις που πρέπει να κάνετε.

Θα σας δοθούν επίσης συμβουλές για το πώς να φροντίζετε την πληγή σας, φάρμακα και παυσίπονα

Η έξοδος σας θα επηρεαστεί από:

πόσο γρήγορα βελτιώνεται η υγεία σας όσο είστε στο νοσοκομείο
τι υποστήριξη θα χρειαστείτε αφού επιστρέψετε στο σπίτι
Μπορεί να θέλετε να κάνετε κάποιες ερωτήσεις πριν φύγετε από το νοσοκομείο, όπως:

Σε ποιον πρέπει να τηλεφωνήσω εάν έχω οποιεσδήποτε ανησυχίες όταν είμαι σπίτι;
Τι πρέπει να προσπαθώ να κάνω μόνη μου – για παράδειγμα, να πάω στην τουαλέτα και να σηκωθώ από το κρεβάτι;
Υπάρχει κάτι που πρέπει να αποφύγω να κάνω;
Πότε μπορώ να επιστρέψω στη δουλειά;
Πόσο πόνο, μώλωπες ή πρήξιμο πρέπει να περιμένω όταν επιστρέψω σπίτι;

Πότε και πού θα αφαιρεθούν τυχόν ράμματα ή εάν μπορούν να διαλυθούν πόσο καιρό θα χρειαστεί για να διαλυθούν;
Πώς πρέπει να φροντίζω την πληγή μου;
Χρειάζεται να επιστρέψω στο νοσοκομείο ή στο γιατρό μου για παρακολούθηση; Αν ναι, πότε θα γίνει αυτό;

Φροντίδα για ράμματα

Εάν έχετε ράμματα, διατηρήστε τα καθαρά και στεγνά και ελέγξτε για τυχόν αύξηση του οιδήματος, πόνου ή αλλαγές στο συνηθισμένο χρώμα του δέρματός σας.

Μεταφορά στο σπίτι

Συνήθως δεν θα μπορείτε να οδηγήσετε μόνοι σας στο σπίτι μετά την επέμβαση. Αντίθετα, θα μπορούσατε να ζητήσετε από κάποιον να σας πάρει ή να σας πάει σπίτι με ταξί.