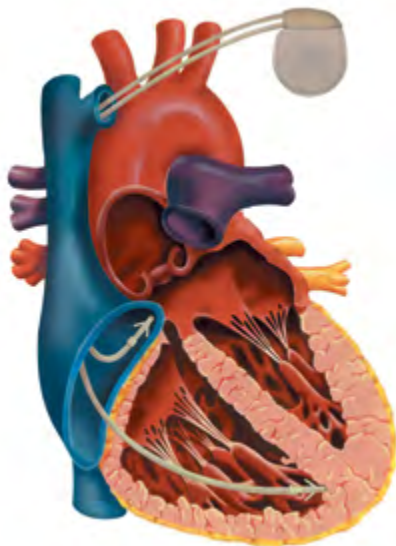


## MIS ON LUBATUD

- ♥ saun ja ujumine haava täielikul paranemisel;
- ♥ massaaž (elektrilise massaažiaparaadi kasutamisel vältige südamestimulaatori piirkonda);
- ♥ solaarium ja päevitamine, kui haav on täielikult paranenud;
- ♥ ravivõimlemine ja sport – vältige tugevat rappumist põhjustavaid alasid, nt ratsutamine, tennis, rattakross;
- ♥ kodu- ja aiatööd;
- ♥ seksuaalelu;
- ♥ reisimine – lubatud on kõik transpordiliigid;
- ♥ röntgen- ja ultraheliuuringud;
- ♥ töökorras olevate ja korralikult maandatud seadmete kasutamine;
- ♥ mobiiltelefoni ja arvuti kasutamine.



Stimulaatoriga süda

Allikas: St. Jude Medical

## MIS ON KEELATUD

- ♥ sisenemine piirkonda, kus on märk „stimulaatoriga keelatud“;



- ♥ kaarkeevitamine, kuna see tekitab tugeva elektromagnetvälja;
- ♥ elektriravi;
- ♥ turvaväravas pikalt seismajäämine. Lennujaamas, sadamas jms näidake oma stimulaatori passi, et Te ei peaks läbima metalliotsijat.

Elektrilöögi saamisel pöörduge esimesel võimalusel erakorralise meditsiini osakonda ka siis, kui enesetunne ei halvene, kuna elektrilöök kiirendab oluliselt patarei tühjenemist.

### Koostanud:

SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla  
J. Sütiste tee 19  
13419 Tallinn  
[www.regionaalhaigla.ee](http://www.regionaalhaigla.ee)

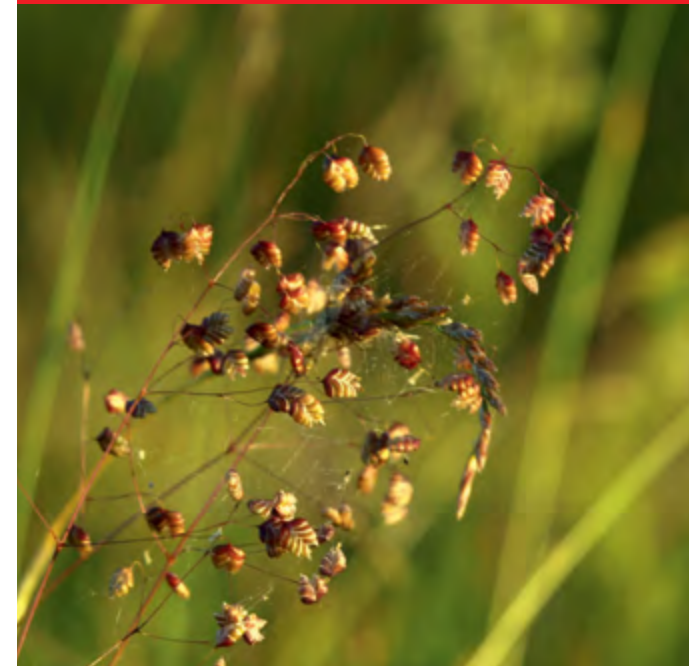
Patsiendiõpetuse on kinnitanud Põhja-Eesti Regionaalhaigla  
õenduskvaliteedi komitee 21. märtsil 2022. a.

# Elu südame- stimulaatoriga

Operatsioonijärgne periood

Järelkontroll

Mis on lubatud  
ja mis on keelatud



Tänapäeva meditsiin annab Teile võimaluse parandada oma elukvaliteeti südamestimulaatori ehk südamerütmuri abil. Stimulaatori omamine ei piira Teie aktiivset elus kaasalöömist ning liikumisvõimekust, pigem vastupidi – annab Teile jõudu olla tegusam.

## OPERATSIOONIJÄRGNE PERIOOD

- ♥ Haava piirkonda jääb umbes 2 tunniks raskus, et vältida verejooksu. Liikumine on lubatud pärast raskuse eemaldamist vastavalt enesetundele.
- ♥ Süüa ja juua võite kohe pärast operatsiooni.
- ♥ Koju lubatakse üldjuhul järgmisel päeval, kui Teie raviarst ei määra teisiti.
- ♥ Hoidke haav puhta ja kuivana.
- ♥ Haavapõletiku kahtluse korral (turse, punetus, valulikkus) võtke ühendust rütmihäirete kabineti õega **E–R 8–16 telefonil 617 2097**.
- ♥ Kodus on pärast operatsiooni soovitatav mõõdukalt võimelda, et vältida lihastoonuse langust. Esiolgu hoiduge venitustest ning äkilistest käeliigutustest.
- ♥ Aktiivset spordiga tegelemist võite jätkata umbes 1 kuu pärast, kui haav on paranenud.

♥ Kojumineku päeval antakse Teile südamestimulaatori paigaldamise kohta haigusloo väljavõte, kuhu on märgitud Teie esimese järelkontrolli kuupäev ja kellaaeg. Samuti antakse Teile südamestimulaatori pass.

**NB! Südamestimulaatori passi kandke endaga alati kaasas!**

## JÄRELKONTROLL

- ♥ Järelkontroll on väga oluline, kohtumine võimaldab arstil hinnata Teie paranemist ja südamestimulaatori tööd.
- ♥ Südamestimulaatori kontrollimine on valutu protseduur. Teie vasakule õlale implantaadi piirkonda asetatakse andur, mille abil kontrollitakse stimulaatorit.
- ♥ Järelkontrolli päeval tulge Regionaalhaigla registratuuri 8 umbes **20 minutit varem**, et jõuaksite oma visiidi vormistada.
- ♥ Vastuvõtt kabinetis toimub nimekirja alusel. Palume arvestada, et haiglas viibivad patsiendid võetakse vastu väljaspool järjekorda.
- ♥ Esimese järelkontrolli kuupäev ja kellaaeg on märgitud haigusloo väljavõttele, mis antakse Teile pärast stimulaatori paigaldamist haiglast lahkudes.

♥ Esmakordsele järelkontrollile tulles võtke kaasa isikut tõendav dokument ja haiglast kaasa antud paberid.

♥ Korduv järelkontroll toimub tavaliselt **1–2 aasta pärast**. Palume varakult registreeruda, sest järjekord vastuvõtule on umbes kaks kuud. Registreeritakse isikukoodi alusel **telefonil 617 2097**. Kui Te mingil põhjusel ei saa määratud ajal vastuvõtule tulla, palume sellest teatada **telefonil 617 2097**.

♥ Korduvale järelkontrollile tulles võtke kindlasti kaasa isikut tõendav dokument, ravimite võtmise juhend ning olemasolevad analüüside ja uuringute vastused.

## Pöörduge perearsti poole, kui...

- ... tunnete uimasust, peapööritust või minesamistunnet.
- ... Teie pulss on aeglasem viimase kontrollvisiidi ajal südamestimulaatorile seadistatud pulsagedusest. Mõõtk pulssi käsitsi, mitte aparaadiga.