



ПОДГОТОВКА К ОПЕРАЦИИ НА СЕРДЦЕ И ПОСЛЕОПЕРАЦИОННЫЙ ПЕРИОД ВОССТАНОВЛЕНИЯ

Перед операцией:

- возьмите с собой в больницу лекарства, которые Вы принимаете ежедневно, и назначенные врачом схемы лечения. Оставьте дома ценные вещи и украшения.
- В день накануне операции Вы можете есть и пить как обычно. Примите свои лекарства по прежней схеме до новых указаний врача.

По прибытии в больницу Вам:

- измерят температуру тела, частоту пульса и артериальное давление на обеих руках;
- проведут взвешивание;
- снимут ЭКГ;
- возьмут анализы крови;
- диабетикам измерят сахар крови 3–4 раза в день;
- при необходимости сделают рентгеновский снимок легких или ультразвуковое исследование артерий на руке;
- существует риск, связанный с анестезией. Вам дадут анкету для анестезиолога, в которой нужно будет указать как можно больше информации о состоянии Вашего здоровья.

Во время пребывания в больнице:

- с Вами побеседуют сестра, анестезиолог и хирург, которые расскажут о предстоящих процедурах и ответят на ваши вопросы;
- Вам нужно будет подписать согласие на проведение операции;
- Обратите внимание! Запрещен прием препаратов, разжижающих кровь: Brilique, Eliquis, Hjertemagnyl, Marevan и Plavix. Обязательно сообщите сестре или врачу, если Вы принимаете эти лекарства;
- вечером накануне операции примите душ;
- вечером, по указанию анестезиолога, Вам дадут успокоительное, способствующее засыпанию.

В день операции:

- вас разбудят рано утром в 5:30–6:00;
- примите утренние лекарства, назначенные анестезиологом;
- за 6 часов до операции нельзя есть, пить молочные продукты и соки с мякотью;
- Вы можете пить прозрачные жидкости (воду, черный кофе, напиток PreOP) до 6:30 утра (то есть за 2 часа до операции);
- Вам нужно будет принять душ, Вас побреют, дадут одеться в чистое белье;
- снимите все украшения, съемные зубные протезы, контактные линзы, очки и т. д. На сданные на хранение предметы будет оформлен акт, вещи положат на хранение в сейф;
- брать мобильный телефон в операционную или отделение интенсивной терапии нельзя, его Вы тоже можете сдать в сейф;
- другие личные вещи и Ваша одежда на время операции будут храниться в запертой камере хранения;
- по указанию анестезиолога Вам дадут таблетка успокоительного;
- Вас отвезут в операционную на кровати в 8:30.

Во время операции:

- Вам установят венозную канюлю, через которую будет поступать лекарство, чтобы Вы уснули;
- анестезию проводит анестезиолог, который будет находиться рядом с Вами на протяжении всей операции;
- операция длится в среднем 3–5 часов, в зависимости от сложности операции.

После операции Вас сначала отвезут в отделение интенсивной терапии:

- сразу после операции за Вас будет «дышать» аппарат искусственной вентиляции легких, поскольку из-за анестетиков, которые Вам введут во время операции, Вы поначалу не сможете дышать самостоятельно. Вы не сможете разговаривать во время контролируемого дыхания, поэтому отвечайте на вопросы персонала кивком или отрицательным покачиванием головы. Сестра будет постоянно находиться рядом с Вами. Аппарат искусственной вентиляции легких снимут, когда Вы достаточно проснетесь, чтобы дышать самостоятельно;
- Ваши жизненно важные показатели, такие как кровяное давление и сердечный ритм, будут постоянно контролироваться;
- Вы можете чувствовать боль в разных частях тела, при необходимости можете попросить у сестры обезболивающее;
- после операции может возникнуть тошнота, вызванная анестезией и обезболивающими препаратами, но это нормальное явление, которое пройдет;
- вначале Вам будут вводить лекарства непосредственно в вену, а когда состояние улучшится, Вы сможете принимать лекарства перорально;
- в отделении интенсивной терапии постоянно шумят машины и оборудование, что может нарушить Ваш сон – попросите снотворное, если это необходимо;
- после снятия аппарата искусственной вентиляции легких Вам будут давать вдыхать пар, который увлажнит Ваши легкие и поможет лучше откашливать мокроту; также помогут дыхательные упражнения – Вам покажут, как их выполнять;
- через 2–3 часа после снятия аппарата искусственной вентиляции легких Вам помогут сесть, Вы можете умеренно подвигать руками и ногами, находясь в постели, также рекомендуется лежать на боку;
- на следующий день после операции (или позже, в зависимости от вашего состояния) Вас переведут из отделения интенсивной терапии в палату интенсивной терапии в отделении кардиохирургии;
- в палате интенсивной терапии с помощью монитора будут следить за Вашим пульсом, содержанием кислорода в крови и артериальным давлением, а также будут измерять количество выделяемой мочи;
- проведут дополнительные анализы и обследования: возьмут анализы крови, сделают ЭКГ и, при необходимости, рентген легких;
- Вы можете сидеть на краю кровати, на второй день Вы можете немного пройтись, сначала с помощником;
- Вам нужно будет выполнять дыхательные упражнения, какие именно – покажет физиотерапевт;
- болезненные ощущения – нормальное явление, Вам назначат обезболивающие препараты в соответствии с планом лечения, при необходимости попросите дополнительно обезболивание;
- во время и после операции часть жидкости, находящейся в кровотоке, скапливается в тканях, поэтому могут быть отеки под глазами, в пальцах и ногах. Из-за избыточного скопления жидкости в тканях Вам назначат препараты, выводящие воду из организма. После операции Вас будут взвешивать, чтобы проследить за скоплением жидкости;
- Вы можете начать есть, как только у Вас появится аппетит, обычно вначале аппетит снижается;
- у Вас может подняться температура, которая обычно постепенно снижается;
- во время операции Вам установят мочевой катетер, который останется на несколько дней, чтобы контролировать работу почек;
- дренаж, введенный во время операции, обычно извлекается на следующий день;
- пищеварительная функция может быть замедлена, при необходимости можно принимать слабительные;
- поначалу Вы будете чувствовать усталость, это нормально;
- Ваше кровяное давление и пульс будут постоянно контролироваться, а риск возникновения аритмии наиболее высок на 3-й и 4-й день после операции;
- принимать душ можно с третьего дня после операции, если Вы можете самостоятельно ходить;
- когда ваше состояние улучшится, вас переведут в обычную палату;
- в зависимости от состояния вашего здоровья, Вы сможете выписаться домой из больницы примерно на 10-й день после операции.

ПЕРИОД ПОСЛЕОПЕРАЦИОННОГО ВОССТАНОВЛЕНИЯ

Восстановление после операции на сердце занимает несколько месяцев, и окончательно оценить результат можно только через год. Имплантация искусственного клапана (клапанов) не означает отказа от активной жизни. Многие люди могут вести более активную и полноценную жизнь, чем непосредственно перед операцией. Послеоперационное восстановление проходит индивидуально, поэтому следите за своим самочувствием и действуйте соответственно.

В период восстановления Вы можете чувствовать усталость, раздражительность, беспокойство, могут быть нарушения сна – в этом поможет расслабление. Восстановление протекает индивидуально, поэтому следите за своим самочувствием и действуйте соответственно. Если дома поднимется температура, немедленно обратитесь к врачу.

Ваша грудная кость заживет через 2–3 месяца, в течение этого периода избегайте напряжения, не поднимайте и не переносите тяжелые предметы и пр.

Регулярные физические упражнения

Движение улучшает работу сердца, дыхание и кровообращение. В первые три месяца лучшей формой физической нагрузки является неспешная ходьба, по возможности до 3 раз в день. Если Вы чувствуете себя хорошо, постепенно увеличивайте продолжительность прогулки. Через три месяца Вы можете добавить физические упражнения в зависимости от самочувствия: упражнения уместны, если Вы чувствуете приятное тепло, допустима легкая одышка и потение. Не занимайтесь, когда Вы устали, больны или плохо себя чувствуете. Если погода плохая, делайте легкие гимнастические упражнения в помещении. После упражнений отдохните, поспите немного.

Питание

Здоровое и регулярное питание – лучший способ помочь своему здоровью восстановиться. Употребляйте как можно меньше животных жиров, ешьте много растительной пищи: ягоды, овощи и фрукты, добавляйте как можно меньше соли, ешьте ржаной хлеб и разнообразные каши.

Посещение сауны разрешено, но помните, что быстрое чередование жара и холода повышает кровяное давление и нагружает сердце, поэтому во избежание этого после парилки охладитесь теплой или прохладной водой. Избегайте слишком резких температурных контрастов.

Вождение автомобиля и путешествия разрешены через 3 месяца после операции на сердце, если Вы хорошо себя чувствуете. В первый год не рекомендуется выезжать в южные страны в летние месяцы, так как жара создает дополнительную нагрузку на сердце.

Курение – один из основных факторов риска развития сердечно-сосудистых заболеваний, поэтому рекомендуется полностью отказаться от курения.

Умеренное употребление **алкоголя** не опасно. Чрезмерное употребление алкоголя и наркотиков вредно и опасно, оно приводит к ухудшению работы сердечной мышцы. При похмелье часто появляются опасные нарушения сердечного ритма.

Сексуальная жизнь – сразу после операции следите за своим самочувствием и проявляйте умеренность. Возможный спад сексуальности в первые месяцы обычно является временным явлением, и по мере выздоровления всё вернется на круги своя, главное – взаимная любовь, уважение и нежность.

Возвращение к работе зависит от скорости выздоровления и условий труда. Если восстановление проходит не так, как ожидалось, врач может порекомендовать возможность назначения пенсии по инвалидности.

Информацию о необходимости и сроках **последующего наблюдения** Вы можете получить у оперировавшего Вас хирурга или кардиолога отделения.