

Vrlo je važno da imate informacije o tome kako će izgledati tok vašeg lečenja nakon što se završi operacija. Brojne su studije pokazale da upoznavanje bolesnika sa postoperativnim tokom ima značajan uticaj na ukupni uspeh lečenja. U ovom odeljku, navedeni su svi koraci koje možete očekivati i kroz koje ćete prolaziti nakon operacije.

Oporavak u bolnici

Kada se probudite nakon operacije, važno je da **pokušate da budete opuštteni koliko je moguće i da slušate savete medicinskih sestara**. Bićete na odeljenju intenzivne nege (ICU), gde ćete provesti 1 do 2 dana. Za to vreme će se redovno proveravati vaš otkucaji srca, krvni pritisak i nivo kiseonika. Dok ste u ICU, porodica će vas moći kratko posetiti.

Kroz intravensku (IV) liniju u vašoj ruci dobićete tečnost i lekove. Cev za disanje ostaće na mestu dok se ne probudite i dok ne budete mogli samostalno da dišete. I dalje ćete imati urinarni kateter. Kada budete u mogućnosti da sami ustanete i koristite kupatilo, medicinske sestre će ga ukloniti. Grudni drenovi će ostati na mestu tokom 1 do 3 dana nakon operacije.

Najteže će vam biti tokom prva 2 do 3 dana nakon operacije. Ali u roku od dva dana nakon operacije, trebali biste biti u mogućnosti da sednete u stolicu, započnete sa hodanjem i započnete vežbe disanja kako biste smanjili rizik od nastanka plućnih komplikacija. Pored toga, do drugog dana započinje se sa ishranom smislu uzimanja čvrste hrane. Nakon napuštanja ICU, idete na odeljenje poluintenzivne nege gde ćete provesti narednih 3 do 5 dana.

CABG kao terapijski modalitet ne dovodi do izlečenja koronarne bolesti, već do zalečenja i iz tog razloga je važno da vi i vaš lekar razgovarate o planu lečenja koji uključuje promene načina života kako bi vam pomogao da što duže ostanete zdravi. Preporuke mogu da uključuju:

- Prestanak pušenja
- Uzimanje lekova koji snižavaju "loš" (LDL) holesterol
- Povećanje fizičke aktivnosti
- Održavanje zdrave težine
- Smanjivanje unosa zasićenih masti (nezdrave masti)
- Dodavanje više povrća, integralnih žitarica i voća u vašu ishranu

Vaš lekar i medicinske sestre takođe će vam dati uputstva za oporavak kod kuće, posebno u vezi sa:

- Kako se brinuti o ranama
- Kako prepoznati znakove infekcije ili drugih komplikacija
- Kada da pozovete lekara
- Kada zakazati naredne lekarske preglede i kontrole

Kardiorehabilitacija



Vaš lekar vas može uputiti na kardiološku rehabilitaciju (rehabilitaciju), što je strukturirani program vežbanja koji vam može pomoći da povećate nivo svoje fizičke aktivnosti, pod direktnim nadzorom medicinskih stručnjaka. Program uključuje rad sa dijetetičarima, terapeutima, psiholozima i drugim zdravstvenim radnicima koji vam mogu pomoći da se oporavite od operacije i osećate se sigurnim i sposobnim za usvajanje zdravog načina života. Možete početi sa rehabilitacijom srca dok ste još u bolnici i nastaviti je mesecima nakon operacije.

Lekovi

Vaš lekar će vam propisati lekove za lečenje bola tokom oporavka, snižavanje holesterola i krvnog pritiska, smanjenja rizika od formiranja krvnih ugrušaka, lečenje dijabetesa ili lečenje depresije. Lekove bi trebalo uzimati tačno onako kako je propisano. Ovo predstavlja važan deo vaše postoperativne nege.

Otpust iz bolnice zavisice od toga kako se brzo oporavljate i da li imate bilo kakve komplikacije, ali možete očekivati da će vaš boravak biti oko 7-10 dana.

Oporavak kod kuće

Prvih 3 do 6 nedelja, verovatno ćete se osećati često umorno. To je zato što vaše telo koristi mnogo energije da bi se izlečilo. Budite strpljivi; vaš umor će se vremenom smanjivati. Možda će vam biti teško da dopustite drugim ljudima da pomognu, ali trebalo bi da prihvatite tuđu pomoć kako biste se brže oporavili. Potpuni oporavak od CABG-a može trajati 12 nedelja ili više.

Nije neuobičajeno da se nakon operacije na srcu pojavi anksioznost ili depresija. Ako se osećate posebno zabrinuto ili imate utisak da ste pod stresom, obratite se svom timu lekaru, porodici i prijateljima.

Dobićete uputstva o tome kako se da se ponašate i nosite sa uobičajenim neželjenim efektima hirurgije, kao što su:

- Nelagodnost ili svrab zbog zarastanja rane
- Oticanje područja na kojem je uklonjena arterija ili vena zbog zarastanja
- Bol u mišićima ili stezanje u ramenima i gornjem delu leđa
- Umora, promene raspoloženja ili depresija
- Problemi sa spavanjem ili gubitak apetita
- Zatvor
- Bol u grudima oko mesta reza na grudnoj kosti

Neželjeni efekti često nestaju u roku od 4 do 6 nedelja.

Većina infekcija rana razvija se u roku od 14 dana od operacije. Ako razvijete bilo koji od sledećih znakova ili simptoma, potrebno je odmah kontaktirati lekara:

- Groznica veća od 37.5 stepeni
- Novi ili pogoršani bolovi u grudima ili oko mesta reza
- Brz rad srca
- Crvenilo koža, krvarenje ili drenaža nalik na gnoj iz rane

Fizička aktivnost

Vaš lekar će vas savetovati kada ponovo možete započeti sa fizičkom aktivnošću. To se razlikuje od osobe do osobe, ali nakon 6-10 nedelja većina ljudi može nastaviti vožnju kola i vratiti se na posao (osim ako vaš posao uključuje zahtevne fizičke aktivnosti).



Pogledajte još...

- [Kada je pravo vreme za intimnost posle operacije](#)
- [Pušenje posle operacije, NIKAKO](#)
- [Značaj fizičke aktivnosti](#)
- [U koju banju posle operacije](#)
- [Antioksidanti - lek za srce](#)