



GOKVI

Gottsegen György
Országos
Kardiovaszkuláris
Intézet

TÁJÉKOZTATÓ KIADVÁNY

SZÍVMŰTÉT ELŐTT ÁLLÓ BETEGEINKNEK



A Gottsegen György Országos Kardiovaszkuláris Intézet (GOKVI) Felnőtt Szívsebészeti Osztályának legfőbb feladata a felnőtt lakosság esetében **a szív- és érrendszeri betegségek sebészeti úton történő gyógyítása.**

Ezt az összefoglalót azzal a céllal állítottuk össze, hogy a szívműtét előtt álló betegeinknek segítsünk eligazodni az előttük álló gyógyulási folyamatban. A következőkben bemutatjuk a **bent tartózkodás menetét tervezett műtéti beavatkozás esetén.**

TARTALOMJEGYZÉK

1. A FELNŐTT SZÍVSEBÉSZETI OSZTÁLYUNK BEMUTATÁSA.....	3
2. MŰTÉT ELŐTT ÁLLVA, KÉSZÜLŐDÉS A MŰTÉTRE	3
2.2. LELKI FELKÉSZÜLÉS.....	4
2.3. EGYÉB TEENDŐK	4
2.4. KÓRHÁZI CSOMAG	5
3. A MŰTÉT ÉS A BENTLÉT FOLYAMATA	6
3.1. ÉRKEZÉS A FELNŐTT SZÍVSEBÉSZETI OSZTÁLYRA	6
3.2. A MŰTÉT ELŐTTI NAP.....	6
3.3. A MŰTÉT NAPJA	7
3.4. A MŰTÉT UTÁNI KÖZVETLEN IDŐSZAK.....	7
3.5. A MŰTÉT UTÁNI "LÁBADOZÁSI" IDŐSZAK	8
3.6. EGYÉB TUDNIVALÓK.....	9
3.6. A REHABILITÁCIÓS KEZELÉSRE VALÓ ÁTHELYEZÉS	10
4.ÉLET A REHABILITÁCIÓ UTÁN	11
5.KAPCSOLATTARTÁS.....	12
6.UTÓSZÓ.....	12

1. A FELNŐTT SZÍVSEBÉSZETI OSZTÁLYUNK BEMUTATÁSA

A Felnőtt Szívsebészeti Osztály az intézet hetedik emeletén található és jelenleg 10 szubintenzív és 32 hotel ágy kapacitással működik. Két szívűtőben évi 1000 szívűtétet végez 10 szívsebész. A műteti tevékenység a felnőtt szívsebészeti beavatkozások teljes spektrumát lefedi, különös tekintettel a kis feltárásból végzett ún. minimál invazív szívűtésekre. Az országban és régiókban egyedülálló módon az összes nyitott szívűtét közel egyharmadát **minimál invazív módon végezzük**, a speciális technikákat hazai és nemzetközi szinten oktatjuk.

Intézetünkben lehetőség nyílik minimál invazív aorta billentyű beültetésre, mitralis és tricuspidalis billentyű plasztikára, koszorúér műtetre, pitvari és kamrai sövényhiány korrekciójára, bizonyos típusú szívtumor eltávolításra, aorta tágulat és repedés rekonstrukciójára és műszívbeültetésre. Emellett jelentős a **kombinált szívűtétek**, egyúlsben aorta és mitralis billentyű, aorta és mitralis billentyű és koszorúérűtét, illetve az érsebészeti profil indítása óta nyaki főverőér szűkület és egyúlsben végzett szívűtét aránya. **Redo műtéteink**, úgy mint az elhasználdott billentyű cseréje illetve elzáródott koszorúér újraoperálása miatt végzett műtétek száma is jelentős. Az intézetünkben nagy múltra visszatekintő gyermekszívsebészeti és gyermekkardiológiai osztályokkal karöltve, egyre nagyobb számban végzünk **felnőttkori veleszületett szívhiba korrekciója** miatt ún. GUCH (grown up congenital heart) műtéteket. Sebészeink évek óta állandó résztvevői előadóként és hallgatóként a hazai kongresszusoknak és külföldi kurzusoknak. Vezető intézetként **az ország egész területéről fogadunk betegeket**.

Osztályunkon szívsebész, aneszteziológus és kardiológus orvosok, szakápolók, segédápolók, köztözésért felelős nővérek munkáját gyógytornászok, kórházi koordinátorok, szociális munkás, pszichológus, dietetikus, és nem utolsó sorban lelkesz jelenléte egészíti ki. Biztatjuk arra, hogy **kérjen segítséget és tájékoztatást!**

2. MŰTÉT ELŐTT ÁLLVA, KÉSZÜLŐDÉS A MŰTÉTRE

2.1. MŰTÉT ELŐTTI KIVIZSGÁLÁSOK

A szervezetben jelen lévő gyulladáslas terület, más néven **“góc”**, **a műtét utáni gyógyulási folyamatokat, és a szövdmények kialakulásának esélyét jelentősen növelheti**, ezért rendkívül fontos, hogy szívűtése előtt kizárjuk ezen kórokozók esetleges meglétét.

Kérjük a **szívűtét előtti góckutatás elvégzését háziiorvosi beutaló segítségével**. Tervezett billentyű műtét előtt a következő vizsgálatoknak feltétlenül meg kell történnie: fogászat, bőrgyógyászat, urológia, nőgyógyászat, fül-orr-gégészeti, hasi ultrahang, vércsoport meghatározás. A szívkoszorúér műtethez szükséges vizsgálatokat intézetünkben elvégezzük.

Abban az esetben, ha olyan elváltozást találnak egy gócvizsgálat alkalmával, amely nagy valószínűséggel gócnak minősül, úgy ezek meggyógyításáig a tervezett műtétet elhalasztjuk.

2.2. LELKI FELKÉSZÜLÉS

Onnantól fogva, hogy megszületik a döntés, hogy testi állapotjavulásunk érdekében szívűműtetre van szükségünk, a hosszúnak tűnő várakozási időszakon át egészen a szívűműtét napjáig sok új, szokatlan érzés kavarghat bennünk. Teljesen természetes, ha hangulati állapotunk hullámzik, ha feszültség tölt el bennünket, ha félünk, ha gondterheltek, bizonytalanok vagyunk és ha izgulunk a kórházi idő és a műtét miatt. Az ismeretlen helyzetek sokszor önmagukban is alapot teremtenek a félelemmel vegyes izgalomra, a szívűműtét pedig más orvosi beavatkozásokhoz képest is különösen nagy lelki megterhelést ró az érintettekre. Míg a sebészi csapat szaktudása rendkívül fontos minden műtėti beavatkozás sikerességét illetően, a folyamatban **a beteg pszichológiai felkészültsége nagyban hozzájárulhat a gyógyuláshoz**, mivel a jó lelki állapot bizonyítottan meggyorsíthatja a felépülést, valamint kellemesebbé teheti a kórházi tartózkodást is.

A műtėti szorongás enyhítésében, kezelésében valamint a beavatkozáshoz kapcsolódó tudásanyag elsajátításában a műtét előtti időszakban **segítségét kérhet intézeti pszichológusunktól**. A célzott foglalkozások fontos ismeretet nyújtanak a várható kihívásokról, a gyógyulás folyamatának megszokott menetéről, a bentlét érzelmi vonatkozásairól, valamint hatékony megküzdést elősegítő technikákról.

Amennyiben élni kíván a műtėti felkészítés lehetőségével, a személyzetnek vagy közvetlenül pszichológusunknak, Reitz Kingának jelezheti az alábbi e-mail címen keresztül: kinga.reitz@gokvi.hu.

2.3. EGYÉB TEENDŐK

Mi mást tehet azért, hogy a gyógyulási folyamat zökkenőmentesebb legyen? A szívűműtét előtti időszakban a lelki ráhangolódás mellett sok más dolgot tehetünk magunkért, a gyógyulás elősegítése érdekében:

- Rendszeresen szedje kezelőorvosa által felírt **gyógyszereit**.
- Amennyiben dohányzik, bátorítjuk arra, hogy mielőbb **szokjon le**. Az [alábbi](#) linken bővebben olvashat ennek mikéntjéről.
- Amennyiben rendszeresen fogyaszt alkoholt, a befekvés előtti 3-4 hétben fontos **elhagynia azt**, a műtét utáni szövődmények, zavart tudatállapot kialakulásának megelőzése érdekében.
- Igyekezzen egészségesen, **kiegyensúlyozottan táplálkozni**. A műtét előtti időszakban diétikusaink ún. kímélő étrend bevezetését javasolják (puffasztó ételek pl. káposztafélék mellőzése).
- Legyen olyan aktív** amennyire állapota azt megengedi.
- Gyakorolja a **stressz enyhítésének** módjait, például zenehallgatással, légzőgyakorlatokkal.
- Vegye körbe magát** olyan emberekkel, akik támogatni fogják Önt a műtét alatt és után.
- Amennyiben már most felmerültek kérdések Önben, **jegyezze fel azokat**.

2.4. KÓRHÁZI CSOMAG

Az alábbiakban felsoroljuk azokat a tárgyakat, amiket javasolt magával hoznia a kórházi tartózkodásra.

Dokumentumok, személyes okmányok: TAJ kártya, szakellátási jogosultságot igazoló okmány, személyazonosító igazolvány, lakcím kártya, hozzátartozó/ illetve értesítendő személy megjelölése és elérhetőségei, korábbi orvosi dokumentációk mappába rendezve: zárójelentések, leletek, diagnosztikai eredmények

Egyéb betegségre szedett speciális gyógyszerek: Más betegségre szedett gyógyszereit kérjük hozza magával, mivel Intézetünk csak szív- és érrendszeri gyógyszer készlettel rendelkezik.

Tisztálkodási, higiéniai felszerelés: Tusfürdő, sampon, mosdószivacs, fogkefe, fogkrém, fogprotézis, fogprotézis tartó, fogprotézis ragasztó, fogprotézis fertőtlenítő tablettá, vagy mosófolyadék, nagyobb és kisebb méretű törölköző, papír-zsebkendő, WC-papír, nedves törölkendő, dezodor, borotválkozó eszközök, arcápoló krém, testápoló, bőrvédő krém (MEDIFLEUR, MENALIND, körömvirág, Aloe vera tartalmú bőrápoló), fésű, hajkefe, Körömvágó csipesz, tisztasági betét, intim betét

Evőeszközök: Műanyag vizespohár és/vagy bögre, kanál, villa, tompa hegyű kés, műanyag tányér, papírszalvéta, papírtörölő, zárókupakos palack, mosogatószer, mosogató szivacs

Kényelmes ruházat, váltásruha: Papucs, köntös, több váltás elől gombos pizsama/ vagy hálóing, zokni, kényelmes fehérnemű (esetleg papírból készült eldobható alsónemű), szabadidőruha

Olyan eszközök, tárgyak amiktől könnyebben telik az ideje: Könyv, újság, rejtvényújság, jegyzetfüzet, toll, mobiltelefon, rádió, fülhallgató, füldugó, kártyapakli/vagy kis méretű társasjáték

Gyógyászati segédeszközök: Hallókészülék, elem, kontaktlencse, mosófolyadék, kontaktlencse tartó, egyéb gyógyászati segédeszközök

Személyes tárgyak: Kedvenc kispárna, családot, barátokat esetleg házikedvencet ábrázoló kirakható fénykép

Kérjük ne hozza be a kórházba az alábbiakat: Éles, szűrő, vágó, sérülési kockázatot hordozó eszközöket, alkoholt és más tudatmódosító szereket, orvos által nem javasolt, önkényesen szedett gyógyszereket, vagy egyéb hatóanyag tartalmú szereket, amelyek befolyásolják/befolyásolhatják a többi – orvos által elrendelt - gyógyszer hatását, tűzveszélyes, robbanásveszélyes és tűzgyújtásra alkalmas anyagokat, eszközöket, dohányárut, ékszereket, jelentős összegű készpénzt, egyéb értékeket, drága informatikai eszközt (pl. tablet, laptop, számítógép), romlandó ételeket.

Betegeink használati tárgyaikat a kórteremben található szekrényekben helyezhetik el. Az Intézet az értékmegőrzés lehetőségét biztosítja, de a nagyméretű használati tárgyak (nyomtató, tv-készülék) és nagy mennyiségű csomag elhelyezése problémát okoz. Kérjük, hogy a kórtermek szűk tárolási lehetőségeihez igazodó, korlátozott mennyiségű holmit hozzanak csak magukkal a kórházi ellátásra.

3. A MŰTÉT ÉS A BENTLÉT FOLYAMATA

3.1. ÉRKEZÉS A FELNŐTT SZÍVSEBÉSZETI OSZTÁLYRA

A tervezett időpontban a **hetedik emeleti Szívsebészeti Osztályra érkezik**, ahol rövidesen elfoglalhatja kórházi ágycsopát, személyes tárgyait a kórteremben található szekrényben helyezheti el. A **kórházba érkezés éhgyomorrra kell, hogy történjen, mert néhány vizsgálathoz ez elengedhetetlen**. A beérkezés napján végzünk laborvizsgálatot, készítünk mellkas röntgent, szív-ultrahang vizsgálatot, EKG-t, szükség esetén pedig nyaki ultrahang vizsgálatot, valamint koszorúér festést is. A vizsgálatokról bővebben itt tájékozódhat. A befejezés napján már jár Önnek ebéd, így a vizsgálatok után meg tud ebédelni. Emellett a házirend is ismertetésre kerül majd, melyről itt olvashat bővebben.

3.2. A MŰTÉT ELŐTTI NAP

A műtét előtti napon 17:00 óráig étkezhet, 17:00 óra után már csak folyadékot fogyaszthat, egészen 24:00 óráig. Ezt követően sem enni, sem inni nem szabad, mivel **altatás előtt a gyomornak üresnek kell lennie**.

A nap folyamán **találkozni fog az Önt operáló orvossal**, akivel megbeszélhetik a műtét részleteit, felteheti felmerülő kérdéseit.

Emellett **felkeresi Önt az altatást végző orvos** (aneszteziológus) aki információkkal fogja ellátni és további kérdéseire is választ kaphat. Aneszteziológusaink az altatásban végzett műtétek során anesztéziát (érzéstelenítést) alkalmaznak a fájdalom csillapítására, valamint figyelemmel kísérik és támogatják a létfontosságú életműködések. Az anesztézia különféle módszerekkel történhet, melyek közül mindnek vannak előnyei, hátrányai és lehetséges szövődményei is. Az aneszteziológus szakorvos az Ön egészségi állapota és a műtéti beavatkozás típusa alapján **Önnek a legmegfelelőbb érzéstelenítési eljárást fogja ajánlani**. Kivehető fogpótlást (protézist), szemüveget, kontaktlencsét, hallókészüléket, ékszer (gyűrűt, fülbevalót), vendéghaját (parókát), körömlakkot, műkörmöt kérjük, ne viseljen a műtét alatt.

A műtét közeledtével jellemzően a páciensek **fokozottabb szorongásról számolnak be, ami sajnos kihathat alvásuk minőségére is**. Ha Ön is ezt tapasztalja, nyugodtan **jelezheti azt a személyzetnek**, kaphat olyan gyógyszert, vagy speciális relaxációs hanganyagot, amely segíthet elaludni vagy pihenni.

- **SZUBINTENZÍVES CSOMAG ÖSSZEÁLLÍTÁSA:** A műtétet követő intenzív ellátás után a hetedik emeleti osztályunk szubintenzív részlegére várjuk majd vissza. A nyolcadik emeleti Szívsebészeti Intenzív Osztályon töltött idő alatt a kórházba behozott csomagjait, személyes tárgyait elzárt szekrényében valamint leltárunkban **biztonságban őrizzük**. Ezekhez legközelebb a "hotel" részlegre való visszakérülés alkalmával fog tudni újra hozzáférni. **Ezért javasoljuk, hogy a műtétet megelőző napon állítson össze egy ún. "szubintenzív**

csomagot”, amibe a legfontosabb használati tárgyai kerüljenek (pl. műanyag evőeszközök, műanyag pohár, tisztálkodási szerek, pizsama vagy hálóing, alsóneműk, kényelmes ruházat, papucs, más betegségekre szedett gyógyszerek). **Az összekészített csomagjára a Szívsebészeti Szubintenzív részlegén tartózkodáshoz lesz szüksége**, mindaddig míg hotel részlegünkre átkerül.

3.3. A MŰTÉT NAPJA

A műtét reggelén tisztasági fürdőt vesz, majd az ápolók megméri a vérnyomását és a pulzusát, valamint beadják az altató orvos által meghatározott gyógyszereket. Telefonját és műfogsorát, igény szerint számszáras széfbe helyezzük, és addig tároljuk amíg szükséges, így ezeket a főnővérnek tudja odaadni. Ezután majd azt kérjük Öntől, hogy pihenjen az ágyában, hiszen hamarosan megérkezik a betegszállító kolléga, aki **a nyolcadik emeleti műtőbe szállítja Önt, ahol megtörténik a sebészeti beavatkozás**. A műtési eljárások több órát is igénybe vesznek. **Honlapunkon az egyes műtési típusokkal kapcsolatos részletes tájékoztatás található meg**, mely a sebész orvos által adott szóbeli tájékoztatást egészíti ki.

3.4. A MŰTÉT UTÁNI KÖZVETLEN IDŐSZAK

A szívűműtét a hosszú műtési beavatkozások közé tartozik, ezért is szükséges, hogy **a műtétet követően rögtön a nyolcadik emeleti Szívsebészeti Intenzív Osztályunkra kerüljön további megfigyelés és kezelés céljából**. Itt ébred majd fel a műtét után, és itt történik a keringéstámogató eszközök, gyógyszerek fokozatos megszüntetése. A műtét utáni **fájdalomcsillapítás a gyógyulási folyamat fontos része**: minden beteg rendszeresen kap fájdalomcsillapítókat, közvetlenül a műtét után erősebb hatásúakat, később pedig fokozatosan gyengébbeket. A keringési és légzési rendszer stabilizálása érdekében esetenként szükség lehet a gépi lélegeztetés további fenntartására megfelelő gyógyszerek bevezetése mellett. Így a műtét után gyakran még lélegeztető gép segíti a légzést. Ezekben az esetekben **a gép addig segíti a légzésben, amíg a szervezete kellően megerősödik** ahhoz, hogy ismét megint önállóan lélegezzen, mint rendszeren. Gépi lélegeztetés során a légcsőbe helyezett tubus miatt nem tud majd beszélni, ez azonban egy átmeneti állapot, hiszen amint a tubust eltávolítjuk, beszéde is vissza fog térni. Ebben az átmeneti időszakban a megértés elősegítése érdekében **speciális kommunikációs táblákat használunk**.

A nyolcadik emeleten dolgozó munkatársaink a magyar aneszteziológiai és intenzív terápiás szakvizsgával rendelkező szakorvosok, aneszteziológiai szakképzésben résztvevő gyakornok, orvosok, aneszteziológus szakasszisztensek és szakasszisztensi képzésben részesülő nővérek.

A csapat a nap 24 órájában kezeli és ápolja Önt, **mindaddig, míg azt állapota megkívánja.** A műtét utáni napon az emésztőrendszer újraindítása érdekében **étkezésére is kiemelt figyelmet fordítunk, kímélő ételeket adunk Önnek.** Reggelire kefir, ebédre erőlevest, és burgonyapürét, vacsorára pedig tejbedarát fog kapni. **Szakképzett gyógytornászaink segítségével a mozgásterápiás foglalkozások is bevezetésre kerülnek,** valamint igény szerint gyógyulást elősegítő és **szorongáscsökkentő** hanganyagokat, valamint pszichológusi segítséget is igénybe tud majd venni.

3.5. A MŰTÉT UTÁNI “LÁBADOZÁSI” IDŐSZAK

Amikor az orvos úgy látja, hogy **állapota folyamatos orvosi figyelmet már nem igényel,** Önt beteghordók és ápolók segítségével a **hetedik emeleti Felnőtt Szívsebészeti Szubintenzív részlegre helyezük át,** ahol valószínűleg 1-2 napot fog eltölteni. Ez a speciális kórterem felszereltségéből adódóan lehetőséget biztosít állapotának kellően szoros követésére. Ennek érdekében állandó EKG, pulzus, vérnyomás és véroxigénszint mérés zajlik, szükség esetén pedig intenzívebb maszkos vagy időszakos légzési fizioterápiát vezetünk be. Ehhez igazítva megfelelően beállítjuk gyógyszereit, valamint gyógytornászaink segítségével megkezdjük az aktívabb mozgásterápia bevezetését. A mozgásterápia általános célja, hogy Ön mielőbb visszanyerje önellátáshoz szükséges funkcióit (felülés, ülés, felállás, járás stb.). A behozott csomagjai ez idő alatt el lesznek zárva, így itt az **előre összeállított “szubintenzív” csomagjába pakolt tárgyakat fogja tudni használni,** valamint telefonját a főnővértől visszakapni.

Néhány nappal később és **pár szobával arrébb, osztályos környezetbe, az ún. “hotel” részlegekre fog kerülni.** Itt betegeink általánosságban 4-5 napot töltenek el, ami állapottól és műtét típusától függően változhat. Önállósága, erőnléte fokozatosan javulni fog, miközben állapotát vizsgálatokkal monitorozzuk, gyógyszereit beállítjuk. **Osztályunkon állapotjavulását napi szinten orvosi viziteken is ellenőrizzük.** A reggeli (jellemzően 7:30 és 8:30 közötti időszakban zajló) **“nagyviziteken”** az osztályvezető főorvos koordinálásával szívsebész orvosaink vizsgálják **sebészeti szempontból,** míg a **“kisviziteken”** (jellemzően naponta többször is megtartásra kerül) **betegágy melletti munka** folyik az osztályos főorvos vezetésével. A kisvizitek alkalmával gyógyszerbeállítás mellett fontos információkat kaphat a kezelésének menetéről.

Fontos tudnia, hogy gyógyulásának ezen a pontján sokkal láthatóbban tudja kivenni részét a folyamatból, **aktívabb szerepet tud vállalni gyógyulásában.** A gyógytornászok által naponta tartott mozgásterápiának köszönhetően rövideSEN egyre magabiztosabban fog tudni egyedül sétálni, állapota javulását szubjektíve is észlelni.

Bátorítjuk arra, hogy **írja össze kérdéseit és alkalmas időben tegye fel azokat.** Gyűjtsön információt arról, hogyan térhet vissza élete a megszokott kerékvágásba – mikor kezdhet nagyobb

sétákat tenni, autót vezetni, sportolni, házimunkát végezni és szexuális életet élni. Lehet, hogy ezek a dolgok aktuálisan nem tűnnek fontosnak, de később nagyon hasznos lehet a kapott információ.

Amikor orvosaink a kontrollvizsgálatok (röntgen, labor, EKG, szívvultrahang) alapján úgy ítélik meg, hogy állapota kellően stabil, mozgása és izomereje a posztoperatív akut szakasznak megfelelő, **rehabilitációs kezelésre küldjük.**

3.6. EGYÉB TUDNIVALÓK

MIÉRT KELL ODAFIGYELNI A MOZGÁSRA MŰTÉT UTÁN?

Nem is olyan nagyon régen a műtét után a betegek orvosi utasításra napokig vagy akár hetekig szigorú ágynyugalomra voltak ítéelve. Manapság azonban mindenkit arra biztatnak, hogy mielőbb kezdjen mozogni, amennyiben általános állapota lehetővé teszi. A korai mobilizálás segít megelőzni a mélyvénás trombózist és a belőle kialakuló tüdőembóliát. **A modern orvoslás arra bátorítja a megoperált betegeket, hogy minél aktívabban vegyenek részt a lábadozási időszakban.**

Intézetünkben az ápolók mellett szakképzett gyógytornászok segítik megtanulni a mielőbbi önellátáshoz szükséges első lépéseket. **A mozgásterápia egyénileg, a beteg terhelhetőségéhez illeszkedve zajlik** „ egy kis mozgás, egy kis pihenés” szabály mentén. Ebben az időszakban nem érvényes a „fájdalom nélkül nincs eredmény” mondás, hiszen **a túlzott fájdalmat okozó gyakorlatok lassítják a gyógyulását.** A gyógytornászok is sok hasznos tanácsot tudnak adni a műtét után lábadozó betegeknek, tegye fel kérdéseit, kérjen segítséget.

FONTOS TUDNIA, HOGY...

...A műtét utáni lábadozási időszakban jó ha odafigyel a fájdalomcsillapításra: A műtét utáni hetekben a fájdalomcsillapítót valamivel az előtt vegye be, hogy mozognia kell, például tornagyakorlatokat végez, fürdik, zuhanyozik, vagy öltözködik. A fájdalomnak azonban oka van, ezért ne használja a fájdalomcsillapítókat arra, hogy a kelleténél többet legyen képes megtenni.

...A műtét után tapasztalhat rendezetlen szívritmust, ez azonban kezelhető: Műtétet követően sokan beszámolnak kisebb változásokról a szív működésükben, ritmusukban rendezetlenséget, szabálytalanságot tapasztalnak. Hirtelen fellépő gyengeség, kifejezett izzadás, szapora szívdobogásérzet kísérheti ezt a szokatlan és egyben sokak számára ijesztő jelenséget. Ha ezt tapasztalná, kérjük jelezze azt a kórházi személyzetnek, szakembereink kezelik a kialakult helyzetet a megfelelő gyógyszerek segítségével.

...A műtétet követő napokban és hetekben nagyon sokat tehet azért, hogy a sebe szépen gyógyuljon, és hogy csökkentse a fertőzés és a kiterjedt hegképződés kockázatát. A műtéten átesők közül sokan aggódnak amiatt, hogy heg marad vissza a beavatkozás nyomán. Ideális esetben

ez egy vékony fehér, alig észrevehető vonal, bár arra, hogy csak ennyi látszódjon, általában 12-18 hónapot kell várni, mert ennyi idő kell a bőr teljes regenerálódásához. Mielőtt hazatér, kérjen a seb kezelésével kapcsolatban tanácsot az ápolószemélyzettől. Különösen fontos annak kiderítése, hogy a sebet szárazon kell-e tartania (például amikor fürdik vagy zuhanyozik) és ha igen, mennyi ideig kell erre ügyelnie.

...Ha a seb kötözésre szorul, fontos szakembert bevonni: Ilyen esetekben a sebkötözést vagy kórházban végzik, vagy a körzeti nővér a beteg otthonában. A szakszerű ellátással csökken a hegesezés és a gyulladás kockázata.

...Ha a seb környékén duzzanatot észlelne, fontos, hogy kérje orvos tanácsát. Borogatás jégtömlővel (vagy egy zacskó mélyhűtött zöldborsóval) segíthet a duzzanat csökkentésében. Hagyja a seben a kötést, tegyen rá egy törülközőt, és arra helyezze a jeges borogatást. Ne hagyja rajta 5 percnél tovább. A vörös, fájdalmas seb gyulladást és esetleg fertőzést jelezhet, ezzel mindenképpen forduljon orvoshoz. Ne piszkálja a varratokat, vagy a bőrből esetleg kiálló öltéseket, mivel ezzel növelheti a fertőzés veszélyét. A seb gyógyulása és a kötés eltávolítása után kezelje a seb környékét hidratálókrémmel.

...Helyes táplálkozással hozzájárulhatunk a gyógyulásunkhoz: Lehetséges, hogy – a műtét jellegétől függően – a lábadozás alatt és utána is változtatnia kell az étrendjén. Tájékozódjon, hogy az Ön esetében melyek a legmegfelelőbb ételek. Ebben kórházunk dietetikusainak segítségét is kérheti.

...Az étvágytalanság műtét után gyakran előfordul, a megfelelő táplálékbevitel azonban elengedhetetlen: Gyakori, hogy a betegek a műtét után átmenetileg elveszítik az étvágyukat, csakhogy a nem kielégítő táplálkozás károsan befolyásolhatja, illetve késleltetheti a gyógyulást. Ilyenkor nagyon fontos, hogy minél táplálóbb ételeket fogyasszon, hiszen az immunrendszere meggyengült, a szervezete pedig nagy igénybevételnek van kitéve.

...A gyógyuláshoz vezető út lelkiileg is megterhelő lehet, ilyenkor fontos, hogy kérjen segítséget: A folyamat bármely pontján igénybe veheti pszichológusunk segítségét. Amennyiben szeretne szakemberrel beszélgetni, jelezze azt a személyzet felé.

3.6. A REHABILITÁCIÓS KEZELÉSRE VALÓ ÁTHELYEZÉS

Szívűtéten átesettek számára különleges rehabilitációs programok léteznek az erre specializálódott rehabilitációs intézményekben, melyeknek fő célja, hogy **betegoktatás révén megteremtsék a tartós életmódváltás lehetőségeit** valamint, hogy **orvosilag ellenőrzött környezetben gyógytorna segítségével javítsák a betegek fizikai állapotát.** A rehabilitációs szakorvosok rendszeres EKG, röntgen és szívultrahang vizsgálatokkal figyelik állapotát valamint gyógyszerbeállítást végeznek. Az intézeti megfigyelés, **az ellenőrzött környezet a szívűtét utáni első 3-4 hétben kiemelt fontossággal bír,** mivel ebben az időszakban fordulhat elő a lehetséges szövődmények jelentős többsége (úgy mint a ritmuszavar, folyadékfelszaporodás a szívburokban vagy a

melléküregben, vagy sebgyógyulási zavar). Így a hetedik emeleti Felnőtt Szívsebészeti Osztályunkról **minden szívműtéten átesett beteget rehabilitációs intézetbe küldünk** további ellátás és rehabilitáció céljából. A kardiológiai rehabilitációra szakosodott intézmények az ország több pontján is megtalálhatók (pl. Budapesten, Balatonfüreden, Sopronban, Mátraházán stb.) így Önnek lehetősége van a lakhelyéhez, vagy szeretteihez közeli intézményben folytatnia gyógyulását. Érdeklődjön orvosainktól az elérhető lehetőségekről. Az intézeti rehabilitáció általában három hétig tart.

4.ÉLET A REHABILITÁCIÓ UTÁN

A kardiológiai rehabilitáció után a legtöbb beteg újból teljes értékű életet élhet, ám **a szemléletváltás kulcsfontosságú**. A rehabilitáción megszerzett ismereteket szükséges átültetni a mindennapokba, **a kockázati tényezők csökkentése érdekében**.

-Élvezeti szerek fogyasztása: A dohányzásról fontos leszokni, és alkoholt is mértékkel szabad csak fogyasztani.

-Egészséges táplálkozás fenntartása: Étkezést illetően fontos tudnia, hogy **az egészséges táplálkozás** a végletektől mentes kiegyensúlyozott étrendet jelenti, ahol nincsenek tiltások, csak mennyiségi és minőségi megszorítások. A szívbarát étrenddel kapcsolatos információkról bővebben [itt](#) olvashat.

-Aktív életmód folytatása: Ezután is lehet sportolni, a **biztonságos sportoláshoz kapott tanácsok figyelembevételével**. Mivel a lágy szövetek gyógyulása négy-hat hétig tart, ebben az időszakban az olyan kíméletes mozgásformák segítenek a legtöbbet, mint a gyaloglás, a kerékpározás, az úszás, a jóga vagy a pilates. Kezdjen el sétálni, kezdetben talán valakivel karon fogva – még akkor is, ha eleinte nehezebbre esik. Tartózkodjon viszont a hosszabb távok lefutásától és az olyan erős megterheléssel járó sportoktól, mint a labdarúgás – ezeket csak orvosa engedélyével kezdje újra. Könnyű háztartási munkákat csinálhat, ami jól esik és kényelmesen elvégezhető, de kerülje az emeléseket, a nehéz háztartási munkákat.

-Munkába való visszatérés: A munkába való visszatérést munkája típusához, az Önt érő stressz szintjéhez és fizikai állapotához illeszthetően ajánlott megtervezni: kérje ki orvosa tanácsát ez ügyben.

-Stressz enyhítése: A stressz hatékony kezelése is kiemelt fontossággal bír. Az elsajátított stresszkezelő technikákat javasolt rendszeresen gyakorolni, a mindennapokba az időnkénti lazítást, relaxációt beépíteni. Segíthet továbbá, ha a napi aktivitását előre megtervezi, hogy ne érezze, hogy siettette van, vagy feszültség alatt. Mindemellett pedig pihenjen sokat, hiszen műtét után szervezetének vissza kell nyernie az erejét.

5.KAPCSOLATTARTÁS

Osztályunkon a látogatásra az alábbi módon nyílik lehetőség:

Hozzá tartozói hétköznaponként 15-18 óráig, hétvégente valamint ünnepnapokon pedig 10-12 és 15-18 óra között látogathatják. Kérjük, hogy a látogatás során a többi beteg nyugalma ne zavarják valamint, hogy egy betegnél egyszerre legfeljebb 2 látogató tartózkodjon. Ha a kórtermében fekvő betegnél vizitet, vizsgálatot vagy beavatkozást kívánnak végezni, úgy a látogatóknak el kell hagyniuk a kórtermet.

Csomag, levél küldése:

A kórház címére küldött, de az Ön nevére szóló leveleket vagy más postai küldeményeket a kórház munkatársai kézbesítik Önnek. Kérjük, hogy a címzésnél tüntessék fel az ellátó osztály megnevezését és a kórtermet is.

6.UTÓSZÓ

Osztályunk legfőbb célja, hogy műtéti beavatkozás révén azon panaszai, melyek orvosaink felkereséséhez vezettek enyhüljenek, vagy teljesen megszűnjenek és ezáltal **életminősége javuljon.** Kiadványunkkal a felkészülés folyamatát szeretnénk megsegíteni, hisz **nekünk is fontos az Ön gyógyulása** és megértjük, ha szeretne minél többet megtudni a műtéttel, a kórházi tartózkodással kapcsolatban. Arra kérjük kiadványunkat olvassa el figyelmesen, majd felmerülő kérdéseit megfelelő időpontban tegye fel. Köszönjük, hogy egészségének helyreállítását ránk bízta. Önnek mielőbbi gyógyulást kívánunk!

Együttműködését köszönjük! Szívvel-lélekkel gyógyítunk!

