



INFORMATIVNA BROŠURA IZ GINEKOLOGIJE: SVIBANJ 2002.

Upute o postupcima nakon veće operacije

Prije odlaska kući

Prije odlaska iz bolnice provjerite da li imate svu dokumentaciju i lijekove, uključujući:

- sve lijekove koje ste sami donijeli u bolnicu
- sve lijekove koje vam je bolnički liječnik dao da uzmete sa sobom
- pismo za vašeg liječnika opće prakse ako je potrebno
- dogovor za kontrolni pregled u bolnici (obično nakon šest tjedana, osim ako vas liječnik ne želi vidjeti ranije). Ako kontrolni pregled nije dogovoren u vrijeme otpuštanja iz bolnice, obavijest će vam se poslati poštom.
- otpusnicu koju morate predati na prijemnom / otpusnom šalteru (Admissions and Discharge) kad napuštate bolnicu. On se nalazi na prvom katu.

Što očekivati nakon povratka kući

- Očekivano vrijeme oporavka nakon veće operacije je šest do osam tjedana
- Vaginalno krvarenje će trajati pet do deset dana, a mrljasto do šest tjedana nakon operacije. Ako se krvarenje produži ili postane jače, pa izgleda kao normalno jako menstrualno krvarenje s neugodnim iscjetkom, trebate otići svom liječniku opće prakse ili specijalistu, ili se vratiti u bolnicu na odjel za hitne slučajeve (Emergency Department).

Kako njegovati ranu

- Održavajte ju čistom i suhom. Ne stavljajte tamo ni dezinfekcijska sredstva.
- Provjeravajte da rana nije naotočena i crvena, što su simptomi upale. Ako je vruća na dodir i curi, trebate otići svom liječniku opće prakse ili specijalistu, ili se vratiti u bolnicu na odjel za hitne slučajeve.
- I dalje uzimajte analgetike (svakih četiri do šest sati), kao što su Panadol ili Panadeine, ili Panadeine Forte (ako ga prepíše liječnik).
- Ako uzimate kodein, pazite da ne postanete konstipitani. Blagi laksativi kao Metamucil ili Nulax mogu biti od pomoći.

A Royal Women's Hospital Well Women's Publication



INFORMATIVNA BROŠURA IZ GINEKOLOGIJE: SVIBANJ 2002.

Upute o postupcima nakon veće operacije (nastavak)

- Treba izbjegavati dizanje teških predmeta. Prva tri tjedna ne biste smjeli dizati ništa teže od dvolitrene boce mlijeka. Također trebate izbjegavati guranje dućanskih kolica.
- Ako se trebate nagnuti, savijte se u koljenima, a ne u struku.
- Izbjegavajte voziti auto oko dva tjedna, ili dok se ne osjećate sigurno. Razlozi za to su sljedeći:
 - pojas može smetati šavovima na rani, i
 - naglo pritiskanje kočnice može izazvati bol u truhu.
 - Osiguravajuće kompanije često navode u ugovoru da ne smijete voziti određeno vrijeme nakon operacije. Prema tome, čak i ako se osjećate spremnom za vožnju, provjerite prije kod svoje osiguravajuće kompanije.
- Nastavite piti osam čaša tekućine dnevno da izbjegnute upalu mokraćnih putova.
- Kod laparoskopije ili operacije pelvisa možete nastaviti sa seksualnim odnosima nakon prestanka vaginalnog krvarenja i kad se osjećate spremno. Ako se radi o otvorenoj abdominalnoj operaciji, pričekajte dok ne obavite kontrolni pregled i vaš liječnik ne potvrdi da je zadovoljan oporavkom.
- Kućne poslove također treba izbjegavati dok se oporavljate. Nakon 3 tjedna polako se počnite baviti tim aktivnostima.

Ako vas brine kako ćete obavljati kućne poslove, raspitajte se kod medicinske sestre o **besplatnoj pomoći** koja se može organizirati da vam se pomogne.

Pazite na znakove upale

Kao što su:

- naglo oblijevanje vrućine/visoka temperatura ili znojenje, ili
- iznenadni napadi boli.

Praćenje

- Nakon 2-3 tjedna nazvat će vas kući medicinska sestra iz bolnice da provjeri kako se oporavljate. Ako imate bilo kakvih pitanja, rado ćemo na njih odgovoriti.

Ako imate bilo kakvih pitanja, molimo da bez ustručavanja nazovete bolnički odjel u bilo koje doba od ponedjeljka do petka. Tel: 9344-2364