

Käitumisjuhised invasiivsete ravi-diagnostikaprotseduuride eel

Meestele

1. Operatsiooniks peab valmistuma nii vaimselt kui füüsiliselt. **Ei tohi esineda külmetushaigusi ega palavikku.** Eeloperatiivses perioodis lisandunud või eelnenud visiitidel mainimata jäänud tervisehädadest tuleb kliinikut viivitamatult informeerida. Tervisehäirete hulka kuuluvad ka ülitundlikkus ja allergia mis tahes ainete või olukordade suhtes.
2. **Suitsetamine** põhjustab vahel lisaks üldtervise nõrgenemisele ka operatsioonijärgseid hematoome ja haavaparanemise hälbeid. Eriliselt alandab suitsetamine nina, kurgu ja kopsude vastupanuvõimet mädapõletikele ning suurendab seeläbi narkoosi- ja ninakõrva-kurguoperatsioonide riske. Soovitame loobuda tubakast vähemalt 4 kuud enne planeeritavat operatsiooni. **Operatsioonipäeval on suitsetamine rangelt keelatud!**
3. Mõned vitamiinid võivad põhjustada operatsioonijärgset veritsust, suurendada põletiku tekkimise ohtu, tõsta vererõhku või muuta veresuhkru taset kehas. Seetõttu soovitame loobuda järgnevatest vitamiinidest, looduslikest toidulisanditest ja teistest ravimitest vähemalt **kuu aega enne operatsiooni.**

▶ Kaalulangetamise eesmärgil manustatavad tooted	▶ Zenšenn	▶ Õli baasil toidulisandid
▶ Kroom	▶ Kava-pipar	▶ Küüslauk
▶ Serenoapalm	▶ Lagrits	▶ Ingver
▶ Naistepuna	▶ Melatoniin	▶ Hõlmikpuu
▶ Kuningakepp	▶ Palderjanijuur	▶ Punane päevakübar
	▶ E-vitamiin	▶ Efedra
	▶ Linaseemned	▶ Lõhnav neitsikummel
4. Järgige konsultatsioonis antud juhiseid operatsioonieelseteks uuringuteks: **vereanalüüsid** tuleb anda 2-3 nädalat enne operatsiooni, et jõuaksime vajadusel Teie organismi täiendada ravimite või muude preparaatidega.
5. Kosmeetiku poolt läbiviidud näonaha puhastusest, solaariumist, tätoveerimisest ja pigmenteerimisest peab möödama vähemalt 2 nädalat.
6. Rinnaoperatsioonile tulevatel patsientidel peab viimasest tugevast rinnalihase treeningust olema möödunud vähemalt 2 nädalat.
7. Loobu aspiriini ja muude verd vedeldavate ravimite, nt Ibuprofeni, Paracetamoli või Hjertemagnyli manustamisest vähemalt üks nädal enne operatsiooni.

8. Viimasest **alkoholipruukimisest** peab operatsioonipäeva hommikuks olema möödas vähemalt 48 tundi. Alkohool võib koostoimes manustatavate ravimitega osutada ohtlikuks.
9. Narkoosi (e üldanesteesia) või kombineeritud anesteesia (e kombineeritud valustamine) kasutamise puhul peab magu olema tühi. **Keelatud on süüa vähemalt 6 tundi ja juua vähemalt 4 tundi enne operatsiooni.** Oma toidu ja joogi tarbimine kliinikus on rangelt keelatud. Närimiskummi mälumine põhjustab mao täitumise sekreediga ja on seetõttu keelatud vähemalt 6 tundi enne operatsiooni algust. Teie vedelikuvajaduse korvab operatsiooniaegne tilkinfusioon. Kohaliku tuimestuse korral pole mõõdukas söömine ja joomine enne operatsiooni keelatud. Vältida tuleks kangete kofeiinijookide tarbimist operatsioonipäeval.
10. **Operatsioonipäeva hommikul** tuleb käia duši all ja pesta pead. Ärge tarvitage keemilisi hooldusvahendeid. Operatsioonipäeval ei tohi kasutada jumestust, parfüüme, näo- ega kehakreeme. Nahk peab olema terve ja mädapõletiku kolleteta. Raseeri kõik karvad opereeritavast piirkonnast (v.a juuksed).
11. **Rõivad, millega raviastutusse tulete, peaks riietumise hõlbustamiseks olema eest avatavad.** Peapiirkonna mähiseid, võimalikke verevalumeid ja turseid aitavad koju minnes varjata selleks sobivad riietusesemed (kapuuts, müts, rätt jne) ja päikseprillid.
12. Jätke koju kõik **väärisesemed**, et vältida nende kaotsiminekut. Kehalt tuleb eemaldada kõik läbistatud ehted nagu kõrva-, naba jm rõngad.
13. **Võtke kaasa isiklikud hügieenivahendid ja teie käes olevate uuringute vastused.**
14. Tellitud taksost sobivamaks peame autoomanikust usaldusisiku, sugulase või sõbra abi kasutamist kojusõiduks. Autojuhtimine pärast operatsiooni ei ole lubatud.
15. Palume, et informeeriksime meid viivitamatult, kui tervisest või muudest põhjustest tingituna Teie operatsioon lükkub edasi või jääb ära. Operatsiooniaja tühistamise eest **hiljem kui 4 tööpäeva enne operatsiooni** ilma mõjuva põhjusega tuleb tasuda **500 euri leppetrahv** Teile väljastatud arve alusel.
16. Püüame Teie eest operatsioonipäeval ja selle järel hoolitseda nii hästi, kui see on võimalik.
17. Kui soovite 5 päevast haiguslehte, siis tuleb sellest kirurgile teada anda vahetult enne operatsiooni toimuval visiidil.

Käitumisjuhised invasiivsete ravi-diagnostikaprotseduuride eel

Naistele

1. Operatsiooniks peab valmistuma nii vaimselt kui füüsiliselt. **Ei tohi esineda külmetushaigusi, palavikku, rasedust ega menstruatsiooni.** Eeloperatiivses perioodis lisandunud või eelnenud visiididel mainimata jäänud tervisehädadest tuleb kliinikut viivitamatult informeerida. Tervisehäirete hulka kuuluvad ka ülitundlikkus ja allergia mis tahes ainete või olukordade suhtes.
2. **Suitsetamine** põhjustab vahel lisaks üldtervise nõrgenemisele ka operatsioonijärgseid hematoome ja haavaparanemise hälbeid. Eriliselt alandab suitsetamine nina, kurgu ja kopsude vastupanuvõimet mädapõletikele ning suurendab seeläbi narkoosi- ja ninakõrva-kurguoperatsioonide riske. Soovitame loobuda tubakast vähemalt 4 kuud enne planeeritavat operatsiooni. **Operatsioonipäeval on suitsetamine rangelt keelatud!**
3. Mõned vitamiinid võivad põhjustada operatsioonijärgset veritsust, suurendada põletiku tekkimise ohtu, tõsta vererõhku või muuta veresuhkru taset kehas. Seetõttu soovitame loobuda järgnevatest vitamiinidest, looduslikest toidulisanditest ja teistest ravimitest vähemalt **kuu aega enne operatsiooni.**

▶ Kaalulangetamise eesmärgil manustatavad tooted	▶ Zenšenn	▶ Õli baasil toidulisandid
▶ Kroom	▶ Kava-pipar	▶ Küüslauk
▶ Serenoapalm	▶ Lagrits	▶ Ingver
▶ Naistepuna	▶ Melatoniin	▶ Hõlmikpuu
▶ Kuningakepp	▶ Palderjanijuur	▶ Punane päevakübar
	▶ E-vitamiin	▶ Efedra
	▶ Linaseemned	▶ Lõhnav neitsikummel
4. Järgige konsultatsioonis antud juhiseid operatsioonieelseteks uuringuteks: **vereanalüüsid** tuleb anda 2-3 nädalat enne operatsiooni, et jõuaksime vajadusel Teie organismi täiendada ravimite või muude preparaatidega. Vereanalüüse ei tohi teha menstruatsiooni ajal.
5. Juuste värvimisest, keha koorimisest, kosmeetiku poolt läbiviidud näonaha puhastusest, solaariumist, tätoveerimisest ja pigmenteerimisest peab möödama vähemalt 2 nädalat.
6. Rinnaoperatsioonile tulevatel patsientidel peab viimasest tugevast rinnalihase treeningust olema möödunud vähemalt 2 nädalat.
7. **Loobu** aspiriini ja muude verd vedeldavate ravimite, nt Ibuprofeni, Paracetamoli või Hjertemagnyli manustamisest vähemalt üks nädal enne operatsiooni.

8. Viimasest **alkoholipruukimisest** peab operatsioonipäeva hommikuks olema möödas vähemalt 48 tundi. Alkohol võib koostoimes manustatavate ravimitega osutada ohtlikuks.
9. Narkoosi (e üldanesteesia) või kombineeritud anesteesia (e kombineeritud valustamine) kasutamise puhul peab magu olema tühi. **Keelatud on süüa vähemalt 6 tundi ja juua vähemalt 4 tundi enne operatsiooni.** Oma toidu ja joogi tarbimine kliinikus on rangelt keelatud. Närimiskummi mälumine põhjustab mao täitumise sekreediga ja on seetõttu keelatud vähemalt 6 tundi enne operatsiooni algust. Teie vedelikuvajaduse korvab operatsiooniaegne tilkinfusioon. Kohaliku tuimestuse korral pole mõõdukas söömine ja joomine enne operatsiooni keelatud. Vältida tuleks kangete kofeiinijookide tarbimist operatsioonipäeval.
10. **Operatsioonipäeva hommikul** tuleb käia duši all ja pesta pead. Soengut tehes siduge juuksed sellisesse patsi, millega oleks mugav lamada ja mis püsiks järgmised 4 päeva. Ärge tarvitage keemilisi hooldusvahendeid. Operatsioonipäeval ei tohi kasutada jumestust, parfüüme, näo- ega kehakreeme. Nahk peab olema terve ja mädapõletiku kolleteta. Operatsioonile ei tohi tulla punast või sinist küünelakki kandes. Veendu, et üks küüs mõlemal käel oleks täiesti küünelakivaba. Raseeri kõik karvad opereeritavast piirkonnast (v.a juuksed). Eemalda kunstripsmed, kui tuled näopiirkonna operatsioonile.
11. **Rõivad, millega raviastutusse tulete**, peaks riietumise hõlbustamiseks olema eest avatavad. Peapiirkonna mähiseid, võimalikke verevalumeid ja turseid aitavad koju minnes varjata selleks sobivad riietusesemed (kapuuts, müts, rätt jne) ja päikseprillid.
12. **Jätke koju kõik ehted ja väärisesemed**, et vältida nende kaotsiminekut. Kehalt tuleb eemaldada kõik läbistatud ehted nagu kõrva-, naba jm rõngad.
13. **Võtke kaasa isiklikud hügieenivahendid** ja teie käes olevate uuringute vastused.
14. Tellitud taksost sobivamaks peame autoomanikust usaldusisiku, sugulase või sõbra abi kasutamist kojusõiduks. Autojuhtimine pärast operatsiooni ei ole lubatud.
15. Palume, et informeeriksite meid viivitamatult, kui tervisest või muudest põhjustest tingituna Teie operatsioon lükkub edasi või jääb ära. Operatsiooniaja tühistamise eest hiljem kui 4 tööpäeva enne operatsiooni ilma mõjuva põhjuseta tuleb tasuda **500 euri leppetrahv** Teile väljastatud arve alusel.
16. Püüame Teie eest operatsioonipäeval ja selle järel hoolitseda nii hästi, kui see on võimalik.
17. Kui soovite 5 päevast haiguslehte, siis tuleb sellest kirurgile teada anda vahetult enne operatsiooni toimuval visiidil.