

Käitumisjuhend invasiivsete ravi-diagnostikaprotseduuride järel

Rasvaimu

1. **Operatsiooni päeval** kehtib voodirežiim. Keelatud pole istumine ja hädapärased käigud tualetti või vannituppa. Vaatamata sellele on nõutav õe juures viibimine esimese 12 tunni vältel pärast protseduuri.
2. **Esimesed kaksteist tundi** pärast operatsiooni peavad mööduma kliinikus. Seejärel võib patsient minna koju, kus ta ei tohiks viibida üksinda järgmised 24 tundi. Tungivalt vajalikuks loeme lähikondlasest abistaja/põetaja kohalolekut. Soovitav on juhiga auto kättesaadavus 15-20 min viiteaja jooksul. Mistahes meditsiiniprobleemi lahendab raviarst või meie asutuse valvearst. Kui meie raviarsti, valvearsti või kliiniku juhatajat ei õnnestu mingil põhjusel tabada, tuleb järsult tekkinud või kiiresti süveneva terviserikke korral viivitamatult kasutada kiirabi/päästeteenistuse abi.
3. **Söömist** tuleb samuti esimesed 12 tundi piirata, eelistades kergesti seeduvaid toiduaineid. Jooma peaks ohtralt. Toit ei tohiks olla liiga hapu, soolane, tuline, terav, tükiline jne. Vältida tuleb gaseeritud jooke. Rasvaimu operatsiooni järgselt 6 kuu jooksul tuleks vältida rasvaste toitude tarbimist, kuna keha võib eemaldatud rasvkoe arvelt kaotatud rasvaprotsendi taastada kiiresti mõnes teises keha piirkonnas.
4. Olenevalt ravi-diagnostikaprotseduuride iseloomust võib opereeritud piirkonnas esineda **turseid ja verevalumeid**. Teisel päeval võib paistetuse tase olla isegi intensiivsem kui vahetult pärast operatsiooni. Rasvaimu korral on verise sekreedi eritus esimese 12 tunni jooksul loomulik. Kasutatakse sageli erinevast materjalist ning tehismaterjalidest tugivahendeid. Nende ülesandeks on peatada veritsus ja kaitsta haavu. Rasvaimu järel tuleb 1 kuu vältel, ööd ja päevad, kanda fikseerivat tugipesu.
5. **Esimesel neljal päeval on keelatud igasugune füüsiline toimetamine**. Kehtib rahulik kodune režiim. Enesetunne hakkab paranema alates neljandast operatsiooni järgsest päevast. Kui traumeeritud piirkonnast lahtuvate ebameeldivuste taandumine seiskub või lisandub täiendavaid vaevusi, tuleks kliinikut kohe informeerida. Keelatud on kõik see, mis suurendab valu või pidurdab haavade paranemisprotsessi.
6. **Duši** alla saate minna 4. päeval pärast operatsiooni. Haaval olevaid plaastreid enne duši eemaldada ei tohi. Pärast pesemist eemaldage viimasena haavaplaastrid ja peske haavad intiimpesu geeliga, loputage, kuivatage ja asetage haavadele uued plaastrid. Koorikuid ja niite ei tohi "nokkimise" abil eemaldada. See võib põhjustada veritsust ja haavatüsistuste läbi väliseid deformatsioone. Pärast iga dušikorda tuleb haavad puhaste plaastritega uuesti katta. Haavaplaastreid kannate kuni kõik koorikud ja niidid on haavalt eemaldunud.
7. Operatsiooni järgselt määratakse Teile **antibiootikumide kuur**. Tavaliselt kestab see 3-6 päeva. Pärast esimest plaastrite vahetust (4. päeval) ei tohi haavadest suurt eritist enam tulla. Juhul, kui **haavad** eritavad mingisugustki sekreeti või tõuseb kehatemperatuur üle 38 kraadi, tuleb kohe kontakti võtta teile määratud kontaktisikuga.

8. **Suitsetamine** on kümne esimese päeva jooksul vastunäidustatud, sest see võib muuta haavade paranemisega seotud sidekoereaktsiooni ebasoodsas suunas.
9. **Päevitamine (solaarium), saun, raske füüsiline koormus ja alkohol** võivad ebasoovitavat toimet avaldada kogu sidekoe valmimise (armistumisprotsessi) vältel. Tulemuseks võib olla liigse armkoe teke. Riskiperiood kestab umbes pool aastat. Eriti määrav on esimene kuu, mille jooksul on eelpool nimetatud ja basseinis ning võõrastes duširuumides viibimine täielikult keelatud.
10. Üheks kuuks tuleb loobuda **traumaohlikest spordialadest ja hobidest**. **Vigastuse korral tuleb kliinikuga kohe kontakteeruda.**
11. **Armid** on operatsiooni järgsel perioodil punased ja tugevad. Ärge sattuge paanikasse – see on normaalne protsess. 6 kuu – 1 aasta möödudes muutub arm heledaks ja pehmeks. Selle aja jooksul ei tohi armidele lasta UV-kiirgust (solaarium, päike). See tekitab värskes armis pigmendihäireid.
12. Hea **kontakt raviasutuse kontaktisiku ja patsiendi vahel** võimaldab meil minimaalse aja- ja energiakuluga lahendada Teie probleemi. Hooldage selle eest, et oleksite meile ka operatsiooni järgsel perioodil kergesti kättesaadav ja käige kindlasti järelviisidil 3. nädalal ja 3. kuul. Juhul, kui kontaktandmed muutuvad, peate sellest kliinikut kohe teavitama.