

Käitumisjuhend invasiivsete ravi-diagnostikaprotseduuride järel

Silmalaud

1. **Operatsiooni järgselt** kehtib voodirežiim 4-5 tundi. Keelatud pole istumine ja hädapärased käigud tualetti või vannituppa. Vaatamata sellele on nõutav õe juures viibimine esimese 5 tunni vältel pärast protseduuri.
2. **Esimesed 5 tundi** pärast operatsiooni peavad mööduma kliinikus. Seejärel võib patsient minna koju, kus ta ei tohiks viibida üksinda järgmised 12 tundi. Tungivalt vajalikuks loeme lähikondlasest abistaja/põetaja kohalolekut. Soovitatav on juhiga auto kättesaadavus 15-20 min viiteaja jooksul. Mistahes meditsiiniprobleemi lahendab raviarst või meie asutuse valvearst.
3. **Esimesel kolmel päeval** tuleb söömist piirata, eelistades kergesti seeduvaid toiduaineid. Jooma peab ohtralt. Toit ei tohi olla liiga hapu, soolane, tuline, terav, tükiline jne. Vältida tuleb gaseeritud jookke.
4. Olenevalt ravi-diagnostikaprotseduuride iseloomust võib näol esineda **turseid ja verevalumeid**. Teisel päeval võib paistetust olla isegi intensiivsem kui vahetult pärast operatsiooni. Näooperatsioonide korral on vähene verine eritus esimese 12 tunni jooksul loomulik. Kasutatakse haavaplaastreid, mille ülesandeks on peatada veritsus ja kaitsta haavu.
5. **Esimesel kahel päeval on keelatud igasugune füüsiline toimetamine**. Kehtib rahulik kodune režiim. Enesetunne hakkab paranema alates 3. operatsiooni järgsest päevast. Kui traumeeritud piirkonnast lähtuvate ebameeldivuste taandumine seiskub või lisandub täiendavaid vaevusi, tuleb kliinikut kohe informeerida. Keelatud on kõik see, mis suurendab valu või pidurdab haavade paranemisprotsessi. Vältida tuleks pea alaspidi olemist, et vähendada võimalike lisatursete tekkimist silmade ümbruses.
6. **Duši alla** saate minna 3. päeval pärast operatsiooni. Haaval olevaid plaastreid ei tohi enne duši eemaldada. Pärast pesemist eemaldage viimasena haavaplaastrid ja peske haavad intiimpesu geeliga, loputage ja kuivatage. Koorikuid ja niite ei tohi "nökkimise" abil eemaldada. See võib põhjustada veritsust ja haavatüsituste läbi väliseid deformatsioone.
7. **Kontakt läätsede** kandmist võib alustada alates 10. operatsiooni järgsest päevast. Võimalike silma põletike vältimiseks tuleb silmi niisutada silmatilkadega, et operatsioonist tingitud tursete tõttu ei hakkaks silmad kuivama ja ei muutuks põletikuliseks. Niidid tuleb eemaldada 5-7 päeva jooksul. Broneeri selleks varakult aeg.
8. Pärast esimest duši all käimist 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.
9. **Suitsetamine** on esimese 10 päeva jooksul vastunäidustatud, sest see võib muuta haavade paranemisega seotud sidekoereaktsiooni ebasoodsas suunas.

10. **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.
11. Kuuks ajaks tuleks loobuda näotraumaotlikest spordialadest ja hobidest. **Näovigastuse korral tuleks kohe kontakteeruda kliinikuga.**
12. **Armide** 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, paike). See tekitab värskes armis pigmendihäireid.
13. Hea **kontakt raviasutuse kontaktisiku ja patsiendi vahel** võimaldab meil minimaalse aja- ja energiakuluga lahendada teie probleemi. Hoolitsege selle eest, et oleksite meile ka operatsiooni järgsel perioodil kergesti kättesaadav ja käige kindlasti järelvisiidil 2. nädalal ja 3. kuul. Juhul, kui kontaktandmed muutuvad, peate sellest kohe kliinikut teavitama.