

# Инструкции по подготовке к инвазивной лечебно-диагностической процедуре

## *Gynecomastia*

1. **В день операции** следует соблюдать постельный режим. Можно сидеть и по необходимости посещать ванную и туалет. Несмотря на это, необходимо наблюдение патронажной сестры в течение первых 24 часов после проведения процедуры.
2. **Первые 24 часа** следует провести в клинике или дома в Таллине при наличии надежной телефонной связи. Пациент не должен оставаться дома один. Мы настоятельно просим, чтобы рядом находился кто-либо из близких или профессиональная сиделка. Желательно, чтобы при необходимости была возможность организовать машину с водителем в течение 15-20 минут. В случае каких-либо медицинских проблем следует сразу обратиться к своему лечащему или дежурному врачу нашей клиники. Если по какой-либо причине у вас не получается связаться ни со своим лечащим врачом, ни с дежурным врачом или руководителем клиники, в случае внезапно ухудшающегося самочувствия следует незамедлительно обратиться в скорую помощь.
3. Первые 24 часа питание следует ограничить, предпочитая легкоусвояемые продукты. Необходимо употреблять побольше жидкости. Запрещено употреблять слишком кислую, соленую, горячую, острую и жесткую пищу, все, что может причинить дискомфорт.
4. В зависимости от характера лечебно-диагностической процедуры в прооперированной области возможно появление **отеков и кровоподтеков**. На следующий день отек может быть еще сильнее, чем непосредственно после операции. В течение 24 часов после пластики нормально, если присутствует небольшое кровотечение. Чтобы остановить кровотечение и защитить раны, используются различного типа фиксирующие повязки. После липосакции, необходимо носить подобранную вам фиксирующую повязку в течение 2 месяцев.
5. Самочувствие начнет поправляться на 2-ой день после операции. При жалобах и увеличивающемся неудобстве в прооперированной области, а также если самочувствие не улучшается, следует сразу информировать клинику. Запрещено все, что увеличивает боль и препятствует скорейшему заживлению ран.

6. **Душ** можно принять на 4-ый день после операции. Пластыри на ране необходимо оставить на время душа. После душа, в последнюю очередь аккуратно снимите пластыри и промойте рану гелем для интимной гигиены, тщательно сполосните, высушите и заклейте новым пластырем. Не следует пытаться самостоятельно удалять корочки и нити, это может вызвать кровотечение и осложнения, вызванные деформацией раны. После каждого мытья необходимо заклеивать раны новыми чистыми пластырями. Пластыри следует использовать, пока на ране еще имеются корочки и нити (примерно 3-4 недели).
7. После операции вам назначат **курс антибиотиков**, как правило, на 3 дня. Если температура поднимется выше 38С, следует сообщить в клинику.
8. **Курение** в течение первых 10 дней противопоказано, так как может препятствовать наискорейшему заживлению ран, негативно влияя на свойства соединительных тканей.
9. **Солнечные ванны (солярий), баня, интенсивные физические нагрузки и алкоголь** могут оказать негативное влияние во время всего процесса формирования соединительных тканей и послужить причиной формирования рубцовой ткани. Период повышенного риска — примерно полгода. Особенно важен **первый месяц**.
10. На три месяца придется отказаться от занятий **травмоопасными видами спорта и хобби**. В случае травм сразу же свяжитесь с клиникой.
11. В послеоперационный период **шрамы** красного цвета и носят ярко выраженный характер. Не пугайтесь — это нормальный процесс. По прошествии времени (до 1 года) краснота спадет.
12. Налаженный **контакт между нашим персоналом и пациентом** позволяет нам с минимальными затратами времени и энергии найти решение вашим проблемам. Позаботьтесь о том, чтобы мы могли связаться с вами и в послеоперационный период, и не забудьте прийти на контрольные визиты через 3 недели и через 3 месяца после операции.