

Käitumisjuhised operatsioonide eel

- 1. Operatsiooniks peab valmistuma nii vaimselt kui füüsiliselt. Ei tohi esineda külmetushaigusi, palavikku, herpest (ka paranevas faasis) ega naistel rasedust või menstruatsiooni. Eeloperatiivses perioodis lisandunud või eelnenud visiitidel mainimata jäänud kõikidest tervisehädadest tuleb kliinikut viivitamatult informeerida. Tervisehäirete hulka kuuluvad ka ülitundlikkus ja allergia mis tahes ainete või olukordade suhtes.**
- 2. Narkoosi sh kergnarkoosi kasutamise puhul peab magu olema tühi. Keelatud on süüa vähemalt 6 tundi ja juua vähemalt 4 tundi enne operatsiooni. Operatsioonipäeval on keelatud ka närimiskummi mälumine ja kangemate kofeiinijookide tarbimine. Teie vedelikuvajaduse korvab operatsiooniaegne tilkinfusioon. Kohaliku tuimestuse korral pole mõõdukas söömine ja joomine enne operatsiooni keelatud. **Oma toidu ja joogi tarbimine haiglas olles on rangelt keelatud.****
- 3. Suitsetamine põhjustab sageli 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!****
- 4. Viimasest alkoholipruukimisest peab operatsioonipäeva hommikuks olema möödas vähemalt 48 tundi. Alkohol võib koostoimes manustatavate ravimitega osutada ohtlikuks.**
- 5. Mõned toidulisandid võivad põhjustada operatsioonijärgset veritsust, suurendada põletiku tekkimise ohtu, tõsta vererõhku, muuta veresuhkru taset kehas või põhjustada armkohe vohamist. **Seetõttu tuleb loobuda järgnevatest preparaatidest vähemalt kuu aega enne operatsiooni.****

▪ Kaalulangetamiseks kasutatavad tooted	▪ Küüslauk	▪ Serenoapalm
▪ Kollageen (ka kommid ja joogid)	▪ Ingver	▪ Naistepuna
▪ Õli baasil ained (nt oomega)	▪ Hõlmikpuu	▪ Kuningakepp
▪ Punane päevakübar	▪ Efedra	▪ Palderjanijuur
▪ Melatoniin	▪ Kroom	▪ E-vitamiin
▪ Zenšenn	▪ Lagrits	▪ Linaseemned
	▪ Kava-pipar	▪ Lõhnav neitsikummel
- 6. Järgige konsultatsioonis antud juhiseid operatsioonieelseteks uuringuteks. **Vereanalüüsid tuleb anda 2-3 nädalat enne operatsiooni, et jõuaksime vajadusel Teie organismi täiendada ravimite või muude preparaatidega. Naised ei tohi vereanalüüse teha menstruatsiooni ajal.****
- 7. Juuste värvimisest, keha koorimisest, kosmeetiku poolt tehtud näonaha puhastusest, solaariumist, tätoveerimisest, laserprotseduuridest, pigmenteerimisest jms peab möödas olema vähemalt 2 nädalat.**

8. Rinnaoperatsioonile tulevatel patsientidel peab viimasest tugevast rinnalihase treeningust olema möödunud vähemalt 2 nädalat **ning viimasest rinnakoe uuringust möödas mitte rohkem kui kaks aastat.**
9. Loobu verd vedeldavatest ravimitest, nt Aspiriinist/Hjertemagnylis, Ibuprofeenist, Dolmenist või Paratsetamoolist vähemalt kaks nädalat enne operatsiooni - va retseptiravimid, millest tuleb kindlasti kliinikut eelnevalt informeerida.
10. **Operatsioonipäeva hommikul tuleb käia duši all ja pesta ka pead – pesemata juustega operatsioonile ei pääse.** Pikkadesse juustesse soengut tehes siduge juuksed 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. **Veendu, et keskmise sõrme küüs mõlemal käel oleks täiesti küünelakivaba.** Raseeri kõik karvad opereeritavast piirkonnast (v.a juuksed). Eemalda kunstripsmed, kui tuled näopiirkonna operatsioonile.
11. Rõivad, millega haiglasse ja koju liigute, peaks olema kergesti vahetatavad ja eest avatavad. Haiglas olemiseks on kõik riided kohapeal olemas. Võtke kaasa vaid isiklikud hügieenivahendid ja teie käes olevate uuringute vastused. Peapiirkonna mähiseid, võimalikke verevalumeid ja turseid aitavad koju minnes varjata selleks sobivad riietusesemed (kapuuts, müts, räät jne) ja päikseprillid.
12. Jätke koju kõik ehted ja väärisesemed, et vältida nende kaotsiminekut. **Operatsiooniks tuleb eemaldada kõik läbistatud ehted nagu kõrva-, naba jm rõngad.**
13. Tellitud taksost sobivamaks peame autoomanikust usaldusisiku, sugulase või sõbra abi kasutamist kojusõiduks. **Autojuhtimine pärast operatsiooni ei ole lubatud.**
14. **Peale operatsiooni broneeringutasu maksmist, ilma mõjuva põhjusega operatsiooni tühistamisel tuleb tasuda leppetrahv 500€.** Mõjuvateks põhjusteks peetakse ainult terviselikel põhjustel tühistatud operatsiooni. Ajutised terviserikked võimaldavad operatsiooni broneerida uuele ajale ilma leppetrahvi maksmata.
15. Kui soovite Töövõimetuslehte, siis tuleb sellest kirurgile teada anda vahetult enne operatsiooni toimuval visiidil.

Püüame Teie eest operatsioonipäeval ja selle järel hoolitseda nii hästi, kui see on võimalik. Tehke seda ka ise kinni pidades operatsiooni eelsetest ja järelravi juhistest.