



Просвещение пациентов

Кардиохирургия /Региональный кардиологический центр



Операция На Сердце

Последующий уход

Эта брошюра объясняет, какой уход необходим после операции на сердце:

- Посещения клиники
- Когда звонить медикам кардиохирургической группы
- Диета
- Физическая активность

Пациент: _____

Процедура: _____

День операции: _____

Лечащий врач: _____

Прием последующего наблюдения: _____

ДЕНЬ и ДАТА ВРЕМЯ

Посещения клиники

Отделения кардиохирургии – UWMC Региональный кардиологический центр

Через 1-2 недели после операции пойдите на прием к хирургу или к практикующей кардиохирургической медсестре (ARNP).

Этот прием для последующего наблюдения могут назначить до того, как вас выпишут из больницы. Пожалуйста, позвоните в клинику по телефону 206-598-8017, чтобы назначить прием или перенести его на другое время.

На приеме:

- Вам скорее всего снимут швы.
- Принесите с собой ваши лекарства или список лекарств, которые вы принимаете в настоящее время.
- Принесите с собой таблицу на странице 3 данной брошюры.

UW Medicine

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER

Кардиолог

Когда вы вернетесь домой после операции, сразу же позвоните, чтобы назначить прием у вашего кардиолога в течение следующих 1 или 2 месяцев или ранее, если медработники вам так сказали.

Каждый человек, у которого была кардиологическая операция, должен пойти на прием к кардиологу для:

- Проверки после операции
- Уменьшения риска кардиологических заболеваний
- Текущего лечения кардиологических проблем, таких как высокое кровяное давление и сердечная недостаточность

Медработник, предоставляющий вам основное обслуживание

Назначьте прием у медработника, предоставляющего вам основное обслуживание (PCP), в течение 1 месяца после операции или раньше, если это рекомендуется. Ваш PCP проверит состояние заболеваний, которые были у вас до операции на сердце, а также каких-либо новых проблем, появившихся после операции.

Кардиохирургическая группа будет осуществлять контроль за вашими лекарствами в течение 1 месяца после операции или пока вы не придете на прием к вашему PCP, в зависимости от того, что произойдет раньше.

Когда звонить медикам кардиохирургической группы

Звоните в группу кардиохирургии, если у вас:

- Температура превышает 101° F (38.5° C)
- Увеличилось покраснение, опухание или болезненность в области разреза
- Расхождение швов или выделения из разрезов
- Учащенный или замедленный пульс в состоянии покоя, менее 50 ударов в минуту или более 120 ударов в минуту
- Новый приступ *учащенного сердцебиения* (нерегулярный сердечный ритм) или пропуск сокращений сердца
- Возвращение симптомов, которые были у вас до операции, например, стенокардии
- Изменения дыхания или тяжело дышать
- Вы набрали 3 фунта или больше за 5 дней
- Увеличился отек стоп или щиколоток
- Тошнота или рвота
- Не можете принимать ваши лекарства
- Возникли вопросы или вас беспокоит что-либо, что, по вашему мнению, не может быть отложено до следующего приема

Сотрудники кардиохирургической группы всегда смогут поговорить с вами о ваших симптомах и том, что вас беспокоит. Ознакомьтесь с номерами телефонов на странице 5, по которым можно звонить в рабочее время и когда клиника закрыта.

Диета после операции на сердце

Если вам не требуется специальная диета

- В первый месяц после операции ешьте как можно более калорийную пищу. Важны калории, получаемые из белков, потому что белки способствуют заживлению раны.
- В течение первого месяца ешьте продукты с низким содержанием насыщенных жиров, холестерина и трансжирной кислоты.

Если у вас диабет или высокое содержание сахара в крови

- Придерживайтесь диеты, рекомендованной Американской диабетической ассоциацией (ADA), если вам не сказали поступать иначе.
- Ведите учет результатов анализов на содержание сахара в крови до приема пищи и когда ложитесь спать.
- Поддержание сахара в крови как можно ближе к норме будет способствовать заживлению вашей раны. Это также снизит риск инфекции после операции.

Если вы на специальной диете

- Продолжайте соблюдать предписанную вам специальную диету.
- Если у вас есть вопросы, обращайтесь к своему диетологу.

Прекращение курения

Содержащийся в табачных изделиях никотин уменьшает ток крови к тканям и соответственно мешает заживлению ран.

Если вы употребляете табак, то мы настоятельно рекомендуем вам бросить курить и не пользоваться табаком в любом виде. Если вам нужна помощь, то поговорите с медработником, предоставляющим вам основное обслуживание, или с медработниками в UWMC.

Физическая активность после операции на сердце

Ходьба

- Если вы в состоянии, то как можно больше ходите. Ходите ежедневно минимум 4 раза в день и каждый день увеличивайте дистанцию ваших прогулок.
- Ходьба помогает предотвратить пневмонию, укрепляет мышцы, ускоряет заживление и регулирует содержание сахара в крови.
- Если вы в состоянии это делать, вам можно подниматься и спускаться по лестнице.

Вопросы?

Ваши вопросы важны. Звоните медикам кардиохирургической группы, если у вас есть вопросы или вас беспокоит что-либо.

По рабочим дням с 8 утра до 5 вечера звоните:

- Медсестра в кардиохирургии
206-598-8060
- Клиника кардиохирургии
206-598-8017
Факс: 206-598-4669
- Координатор обслуживания пациентов кардиохирургического отделения:
206-598-3636

В нерабочее время, по выходным и праздникам звоните по телефону 206-598-6190 и попросите, чтобы вызвали дежурного аспиранта – кардиохирурга.

UW Medicine

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER

**Cardiac Surgery Clinic/
Regional Heart Center**

Box 356171

1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195
206-598-8017

Как ухаживать за разрезом и принимать душ

- Хотя бы один раз в день принимайте душ и мойте место разреза чистыми руками и мылом. Это уменьшит риск инфицирования.
- **НЕ** сидите в воде (в ванне, джакузи, бассейне и т.д.) в течение 6 недель после операции.
- **НЕ** применяйте лосьоны или пластырь на операционном разрезе, за исключением случая, если вам сказали это сделать.

Будьте осторожны и соблюдайте предосторожности, касающиеся грудины

- Если разрез находится посередине вашей груди:
 - В течение 6 недель после операции **НЕ** поднимайте, не тяните и не толкайте ничего весом более 10 фунтов.
 - В течение 12 недель после операции **НЕ** делайте никаких действий, которые могут напрячь или скрутить вашу грудину. Это включает такие виды деятельности, как удары битой, игра в гольф, езда на велосипеде, теннис и боулинг.
- Вам можно лежать и спать на боку.
- Позвоните в кардиохирургическую группу, если вы ощущаете “хлопки” или “щелчки” в грудине.

Вождение

- Если у вас разрез посередине груди, то **НЕ** водите машину, по крайней мере, в течение 4-х недель после операции. Спросите у сотрудников кардиохирургической группы, когда вы сможете снова вести машину.

Половая жизнь

- Когда ваше состояние позволит, можно возобновить половую жизнь. Продохраняйте разрез и следуйте предостережениям, касающимся грудины.

Как позвонить в кардиохирургическую группу

Если вам нужно позвонить в кардиохирургическую группу:

- По рабочим дням с 8 утра до 5 вечера звоните поликлинической медсестре кардиохирургической группы по телефону 206-598-8060.
- В нерабочее время, по выходным и праздникам звоните по телефону 206-598-6190 и попросите, чтобы вызвали дежурного аспиранта – кардиохирурга.
- Смотрите другие телефоны в столбце «Вопросы» на этой странице.

Patient Education

Cardiac Surgery/Regional Heart Center



Heart Surgery

Follow-up care

This brochure explains follow-up care for after heart surgery:

- Clinic visits
- When to call your Cardiac Surgery Team
- Diet
- Activity

Patient: _____

Procedure: _____

Surgery Date: _____

Attending Doctor: _____

Follow-up Visit: _____

DAY and DATE

TIME

Your Follow-up Visits

With Cardiac Surgery – UWMC Regional Heart Center

See your surgeon or cardiac surgery nurse practitioner (ARNP) about 1 to 2 weeks after surgery.

This follow-up visit may be scheduled before you leave the hospital. Please call the clinic at 206-598-8017 to make or reschedule your appointment.

At this visit:

- Your stitches will likely be removed.
- Bring your medicines or a list of your current medicines with you.
- Bring the chart from page 3 of this handout with you.

UW Medicine

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER

With Your Cardiologist

Call right after you get home after surgery to schedule a visit with your cardiologist within the next 1 to 2 months, or sooner if your health care team has advised.

Every person who has cardiac surgery needs to see their cardiologist for:

- An after-surgery checkup
- Cardiac risk reduction
- Ongoing care for cardiac issues such as high blood pressure or heart failure

With Your Primary Care Provider

Schedule a visit with your primary care provider (PCP) within 1 month after your surgery, or sooner if recommended to do so. Your PCP will check on health issues that you had before your heart surgery or any new issues that may have developed since your surgery.

The Cardiac Surgery Team will monitor most of your medicines for 1 month after surgery or until you visit your PCP, whichever is sooner.

When to Call Your Cardiac Surgery Team

Call the Cardiac Surgery Team if you have:

- Fever higher than 101° F (38.5° C)
- Increased redness, swelling, or tenderness around your incisions
- An opening in or drainage from your incisions
- Fast or slow resting heart rate, less than 50 beats per minute or greater than 120 beats per minute
- New onset of *palpitations* (irregular heart beat) or skipped beats
- Return of symptoms you had before surgery, such as angina
- Changes in breathing, or a hard time breathing
- Weight gain of 3 pounds or more over a 5-day period
- Increased swelling in your feet or ankles
- Been feeling sick to your stomach or are vomiting
- Not been able to take your medicines
- Any questions or concerns that you feel cannot wait until your follow-up visit

The Cardiac Surgery Team is always available to talk about your symptoms or concerns. See page 5 for phone numbers to use during and after clinic hours.

Your Diet After Heart Surgery

If You Are on a Regular Diet

- Eat as many calories as possible for the first month after surgery. Calories from protein are important because protein helps with wound healing.
- After the first month, eat a diet that is low in saturated fat, cholesterol, and trans-fatty acid.

If You Have Diabetes or High Blood Sugars

- Eat an American Diabetes Association (ADA) diet, unless told otherwise.
- Keep a log of your blood sugar test results before meals and at bedtime.
- Keeping your blood sugars as close to normal as possible will help your wound heal. It will also lower your risk for infection after surgery.

For Those on a Special Diet

- Stay on the special diet that has been prescribed for you.
- Talk with your dietitian if you have any questions.

Smoking Cessation

The nicotine in tobacco reduces blood flow to your tissues and interferes with wound healing.

If you use tobacco, we strongly encourage you to quit smoking or using tobacco of any kind. If you need help, talk with your primary care provider or someone on your health care team at UWMC.

Your Activity Level After Heart Surgery

Walking

- If you are able, walk as much as possible. Walk at least 4 times every day, and increase the distance of your walks every day.
- Walking helps prevent pneumonia, strengthens muscles, promotes healing, and regulates blood sugar.
- It is OK to walk up and down stairs, if you are able.

Questions?

Your questions are important. Call your Cardiac Surgery Team if you have questions or concerns.

Weekdays from 8 a.m. to 5 p.m., call:

- Cardiac Surgery RN
206-598-8060
- Cardiac Surgery Clinic
206-598-8017
Fax: 206-598-4669
- Cardiac Surgery
Patient Care
Coordinator
206-598-3636

After hours and on weekends and holidays, call 206-598-6190 and ask for the Cardiac Surgery Fellow on call to be paged.

UW Medicine

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER

**Cardiac Surgery Clinic/
Regional Heart Center**

Box 356171

1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195
206-598-8017

Incision Care and Taking a Shower

- Shower and clean your incision using clean hands and a mild soap at least once a day. This will reduce your risk of infection.
- Do **NOT** soak in water (bath tub, hot tub, swimming pool, etc.) for 6 weeks after your surgery.
- Do **NOT** use lotions or bandages on your incision unless you are told to do so.

Be Careful and Follow Sternal Precautions

- If your incision is in the center of your chest:
 - Do **NOT** lift, pull, or push anything that weighs more than 10 pounds for 6 weeks after your surgery.
 - Do **NOT** do any activities that may stress or twist your sternum for 12 weeks after surgery. This includes activities such as batting, golfing, bike-riding, tennis, or bowling.
- You may lie and sleep on your side.
- Call the Cardiac Surgery Team if you have “popping” or “clicking” sensations in your sternum.

Driving

- If your incision is in the center of your chest, do **NOT** drive for at least 4 weeks after your surgery. Ask your Cardiac Surgery Team when you can drive again.

Sexual Relations

- You may resume sexual relations when you feel comfortable doing so. Take care to protect your incision and follow your sternal precautions.

Calling Your Cardiac Surgery Team

If you need to call your Cardiac Surgery Team:

- Weekdays from 8 a.m. to 5 p.m., call the Cardiac Surgery Outpatient Nurse at 206-598-8060.
- After hours and on weekends and holidays, call 206-598-6190 and ask for the Cardiac Surgery Fellow on call to be paged.
- See other phone numbers in the “Questions” column on this page.