

Восстановление после анестезии в домашних условиях

Чего следует ожидать и в каких случаях звонить

В данной памятке объясняется, какой самоуход требуется после наркоза. В ней также сообщается о том, какие побочные эффекты являются нормальными, и в каких случаях следует обратиться за помощью.

Возвращение домой

После процедуры домой вас должно отвезти ответственное совершеннолетнее лицо. До тех пор, пока действие наркотика у вас полностью не пройдет, вождение автомобиля является противозаконным.

До проведения процедуры заранее спланируйте вашу поездку домой с сопровождающим лицом или со специально назначенным для этого водителем. Если у вас возникнут какие-либо вопросы, пожалуйста, звоните своему лечащему врачу.



После процедуры домой вас должно доставить ответственное совершеннолетнее лицо.

Чего следует ожидать

После анестезии вы можете испытывать сонливость, у вас также могут появиться следующие симптомы:

- боль в горле
- мышечные боли
- преходящее (проходящее) головокружение
- головная боль
- тошнота
- рвота (в редких случаях)

Эти побочные эффекты обычно ослабевают в течение нескольких часов после процедуры. Однако, вашему организму может потребоваться несколько дней, чтобы оправиться от стресса, вызванного хирургическим вмешательством. Некоторые из ваших симптомов могут быть также вызваны принимаемыми вами болеутоляющими лекарствами.

Обезболивающая блокада нервов

Если во время вашей процедуры применялся такой метод анестезии, как «обезболивающая блокада нерва», мы сообщим вам, когда у вас должно пройти онемение и когда вам нужно будет начать принимать обезболивающие таблетки. Будьте осторожны при некоторых движениях и использовании онемевшей части вашего тела. Пока она будет оставаться онемевшей, в ней будет понижена чувствительность, и не будет обычной силы.

Если вы почувствуете тошноту, пейте только прозрачные жидкости, пока тошнота не пройдет. Если тошнота не пройдет и после этого, позвоните своему врачу.

Задержка мочеиспускания

У некоторых пациентов после процедуры наблюдается *задержка мочи* (неспособность помочиться).

Если через 8 часов после процедуры вы всё ещё не сможете помочиться, или если в области мочевого пузыря у вас появится ощущение болезненности и переполненности, позвоните своему лечащему врачу. Если ваш мочевой пузырь слишком переполнится, это может вызвать серьезные проблемы. Возможно, вам придётся обратиться за лечением в отделение неотложной помощи.

Лекарства

Не принимайте никаких лекарств, если ваш лечащий врач вам их не прописал или не одобрил. Большинство пациентов могут сразу же возобновить приём своих обычных лекарств. Если у вас есть какие-либо вопросы по поводу того, когда вам можно будет возобновить приём лекарств, спросите об этом врача, который вам их назначил.

Боль после спинальной или эпидуральной анестезии

После спинномозговой или эпидуральной анестезии в нижней части спины может сохраняться лёгкая боль, и это является нормальным. У некоторых пациентов в вертикальном положении возникает головная боль, которая ослабевает при переходе в лежачее положение. Если у вас появились подобные головные боли, позвоните по одному из номеров, указанному в поле раздела под заголовком “У вас есть вопросы?”. В случае необходимости мы можем порекомендовать вам соответствующий курс лечения.

Самопомощь

Как минимум в течение 24-х часов после процедуры и до тех пор, пока вы будете принимать опиоидные обезболивающие препараты:

НЕЛЬЗЯ:

- управлять автомобилем или использовать машины и механизмы
- употреблять алкоголь
- принимать важные решения или подписывать юридические документы
- принимать на себя ответственность за благополучие детей, домашних животных или нуждающихся в уходе совершеннолетних лиц

НУЖНО:

- остаться на весь день дома и отдыхать
- чтобы рядом с вами постоянно находилось совершеннолетнее лицо
- договориться с кем-либо о том, чтобы он/она присмотрели за вашими детьми или за другими лицами, за которых вы несёте ответственность, по крайней мере в день вашей операции
- начинать питание с питья жидкостей, а затем постепенно и медленно переходить к вашей обычной диете

- пока вы принимаете опиоиды, двигайтесь крайне осторожно (резкие движения могут вызвать головокружение)
- защищайте онемевшие конечности от сдавливания, от воздействия тепла, холода или каких-либо других внешних факторов, способных причинить им вред

Когда следует звонить

Незамедлительно звоните по номеру 911 в случае появления у вас какого-либо из следующих симптомов:

- Затруднённое дыхание
- Ощущение давления, сжатия или тяжести в груди
- Спутанность сознания или неспособность нормально разговаривать
- Изменения в области лица или движений рта
- Появление слабости или онемения

У вас есть вопросы?

Ваши вопросы очень важны. Звоните своему врачу или другому медицинскому специалисту, если у вас появятся вопросы или проблемы.

По вопросам о вашей анестезии:

В будние дни: с 8 утра до 6.30 вечера звоните в клинику Предоперационной подготовки к анестезии по телефону 206.598.6334.

В нерабочее время, а также в выходные и праздничные дни звоните по телефону 206.598.6190 и просите вызвать дежурного анестезиолога-резидента по пейджинговой связи.

По вопросам о вашей процедуре или лекарствах:

звоните своему лечащему врачу:

Dr. _____



Recovering at Home After Anesthesia

What to expect and when to call

This handout explains self-care after having anesthesia. It tells what side effects are normal and when to call for help.

Getting Home

You must have a responsible adult take you home after your procedure.

It is against the law to drive until the drug has fully worn off.

Before your procedure, plan for an escort or driver. If you have any questions, please call your healthcare provider.



A responsible adult must take you home after your procedure.

What to Expect

You may feel sleepy and have these symptoms after having anesthesia:

- Sore throat
- Headache
- Muscle aches
- Nausea
- Dizziness that comes and goes
- Vomiting (rare)

These side effects usually ease within hours after your procedure. But, it may take days for your body to recover from the stress of surgery. Some of your symptoms may also be from the pain medicine you are taking.

Nerve Block Anesthesia

If you received a “nerve block” anesthesia, we will tell you when the numbness should wear off and when to start taking your pain pills. Be careful with how you use and move the numb part of your body. While it is numb, it may not have as much feeling or be as strong as usual.

If you feel nauseated, drink only clear liquids until the nausea passes. Call your healthcare provider if your nausea does not go away.

Retaining Urine

Some patients have *urinary retention* (cannot pee) after a procedure. If you still cannot urinate 8 hours after your procedure, or if your bladder feels painful and full, call your provider. If your bladder gets too full, it can cause serious problems. You may need to go to the emergency room for treatment.

Medicines

Do not take any medicines unless your provider prescribed or approved them. Most patients can start taking their usual medicines right away. If you have questions about when to resume taking your medicines, ask the doctor who prescribed them.

Pain After Spinal or Epidural Anesthesia

It is normal to have mild pain in your lower back after spinal or epidural anesthesia. Some patients have a headache when they are upright, that eases when they lie down. If you have a headache like this, call one of the numbers in the “Questions” box. We may advise treatment, if needed.

Self-care

For at least 24 hours **and** while you are taking opioid pain medicines:

Do NOT:

- Drive a car or use machines
- Drink alcohol
- Make important decisions or sign legal papers
- Be responsible for children, pets, or an adult who needs care

Do:

- Stay home for the day and rest
- Have an adult stay with you
- Drink liquids at first, then progress slowly to your usual diet
- Plan for someone to care for your children or others you are responsible for, at least for the day of your surgery
- Move carefully while you are taking opioids (you may feel dizzy if you make sudden moves)
- Protect any numb limbs from pressure, heat, cold, or anything else that could harm them

When to Call

Call 911 **right away** if you have any of these symptoms:

- Trouble breathing
- A feeling of pressure or weight on your chest
- You feel confused, or you cannot speak normally
- A change in your face or how you move your mouth
- New weakness or numbness

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

For questions about your anesthesia care:

Weekdays 8 a.m. to 6:30 p.m., call the Pre-Anesthesia Clinic at 206.598.6334.

After hours and on weekends and holidays, call 206.598.6190 and ask to page the Anesthesia Resident on call.

For questions about your procedure or medicines: Call your doctor:

Dr. _____