



## Edukace pro pacienty po operaci HLEZNA

Vážený pane, vážená paní,

děkujeme Vám za důvěru, kterou jste projevili/a/ tím, že jste se svěřil/a/ do naší péče. Snahou nás všech je poskytnout Vám kvalitní zdravotní i ošetrovatelskou péči na profesionální úrovni, ohleduplně a s porozuměním Vám co nejdříve pomoci k dosažení a upevnění Vašeho zdraví.

**Doporučení a rady při propuštění** z našeho ortopedického oddělení, Vám budou poskytnuty ústně lékařem, sestrou i fyzioterapeutem a také formou tohoto informačního letáku, kde máte v bodech vypsány základní rady a informace.

- **Operační ránu** udržujte v suchu a čistotě a nechte zakrytou do příští kontroly na ortopedické ambulanci – **datum příští kontroly** určí lékař při propuštění.
- Na operační ránu přikládejte **ledové obklady** přes obvaz 2-3x denně na 1/2-1 hodinu (gelové sáčky, příp. mraženou zeleninu zabalené v ručníku).
- V případě, že je operační rána přelepená speciální náplastí můžete se do vytažení stehů **sprchovat** – ránu nemydlit a nemazat. Koupat se můžete až po **vytažení stehů** (pokud lékař neurčí jinak) – to je cca za 7–10 dnů po operaci. Po vytažení stehů, můžete jizvu promazávat mastí (např. vazelínou nebo měsíčkovou mastí).
- Operované hlezno **procvičujte** dle pokynů lékaře a fyzioterapeuta.
- **Chůze o berlich:** berle položte asi 30-50 cm před dolní končetinu, mezi berle vložte operovanou dolní končetinu s odlehčeným nášlapem a pak přisunout zdravou dolní končetinu.(tzn. berle, operovaná DK a zdravá DK).
- **Chůze po schodech:**  
*Nahoru po schodech:* na schod položte zdravou DK a přenést váhu na ni, pak položte operovanou DK na schod a berle.  
*Dolů po schodech:* na schod položte berle a operovanou DK a přenést váhu, pak přisunout zdravou DK.
- Aplikujte si injekce na ředění krve (prevence tromboembolické nemoci) dle ordinace lékaře.
- Pokud máte přiloženou **sádrovou dlahu** nebo **sádro** - sledujte prokrvení prstů, otok DK a v případě pocitu útlaku - přijďte na kontrolu ihned.
- Při **bolesti** užívejte léky předepsané na recept, ev. Paralen, Ibalgin nebo jiná analgetika, na která nemáte alergie.
- **V případě potíží** – přetrvávající bolest, vysoké tělesné teploty, pocit smýkání v operační ráně, sekrece z operační rány, bolesti lýtky DK - přijďte na kontrolu ihned.
- **Propouštěcí zprávu** odevzdejte Vašemu praktickému lékaři.

Kolektiv ortopedického oddělení Vám přeje brzké uzdravení.