



KIRURGIJA BITENC

MCL<sup>+</sup>

## NAVODILA PACIENTU ZA OPERACIJO ŠČITNICE

### POMEMBNE INFORMACIJE

Naslednje informacije vam bodo v pomoč pri pripravi na operacijo in jih boste dobili tudi ob ambulantnem pregledu.

#### Datum sprejema v bolnišnico:

\_\_\_\_\_

V primeru, da datuma še niste dobili, vas bomo poklicali po telefonu.

Za sprejem v bolnišnico morate biti tešči.

Zadnji obrok hrane lahko zaužijete najmanj 6 ur pred sprejemom, do 2 uri prej lahko naredite nekaj požirkov vode.

Zvečer in zjutraj pred odhodom v bolnišnico se dobro tuširajte. Odstranite vsa ličila in nakit.

### PRED SPREJEMOM NA OPERATIVNI POSEG VZAMETE:

**Zdravila:** s požirkom vode vzamete vaša redna zdravila, razen če vam ni drugače naročeno.

#### V bolnišnico prinesete:

- Svoja redna zdravila, ki jih boste jemali tudi v bolnišnici
- Očala in druge protetične pripomočke, ki jih uporabljate
- Osnovne higienske potrebščine
- Copate
- Napotnico in izvide, ki so potrebni za operacijo

S seboj **ne nosite** vrednih predmetov in večjih količin denarja.

### VAM V POMOČ

Naslednje točke vam lahko pomagajo pri pripravi za sprejem v bolnišnico.

#### Datum sprejema v bolnišnico:

\_\_\_\_\_

#### Potrdite, od kdaj ste tešči

Zadnjič sem jedel oz. pil:

Čas: \_\_\_\_\_

Tuširanje zvečer in pred odhodom: nobenih ličil ali deodorantov.

### PRED SPREJEMOM NA OPERATIVNI POSEG VZAMETE:

**Redna zdravila:** vzeta kot naročeno

**Ne vzamem:** \_\_\_\_\_

#### Pripravljeno imam:

- svoja redna zdravila
- očala, pripomočke
- higienske potrebščine
- copate
- napotnico in naročene izvide
- navodila za operacijo

Vaš zdravnik: mag. Marko Bitenc, dr.med., 041 381 609

	Pred operacijo	Dan sprejema /operacija	1. dan po operaciji / odpust	Doma
<b>Postopki in posegi</b>	<b>Opravili boste:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• krvne izvide, ki vam jih je odredil vaš operater</li> <li>• EKG</li> <li>• druge preiskave, ki so naročene</li> <li>• podpisali soglasje za operativni poseg in anestezijo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• medicinska sestra, ki vas bo sprejela, vam bo izmerila krvni pritisk, srčni utrip in telesno težo ter vam zastavila še nekaj vprašanj</li> <li>• pogovorili se boste z anesteziologom – zdravnikom, ki vam bo dal narkozo</li> <li>• operirani boste v nekaj urah po sprejemu</li> <li>• po operaciji boste prejeli infuzijo in zdravila, mogoče boste potrebovali tudi kisik</li> <li>• počutili se boste zaspani in omotični, vzglavje vam bomo dvignili, da bi preprečili otekanje in neprijeten občutek v vratu</li> <li>• pogosto vam bomo izmerili pritisk in srčni utrip</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• izmerili vam bomo krvni pritisk in srčni utrip</li> <li>• če bo potrebno, vam bomo odvzeli kri za krvne preiskave</li> </ul>	Prepovedano kaditi
<b>Zdravila</b>	<b>Prosimo vas:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• da 7 dni pred operacijo <b>ne jemljete</b> antikoagulantne terapije (Marevan, Syntron...) Za operacijo je potrebna nekajdnevna predoperativna priprava!</li> <li>• opozorite nas, če imate kakršnekoli alergije ali krčne žile</li> </ul>	<p>Na dan sprejema vzemite svoja redna zdravila.</p> <p>Po operaciji boste prejeli zdravila proti bolečinam v infuziji in v obliki injekcij. Povejte nam, če še vedno čutite bolečine.</p> <p><b>Ob občutku težkega dihanja, krčev ali mravljinčenja v mišicah, v prstih ali okrog ustnih kotov nas takoj opozorite.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• odstranili bomo infuzijo</li> <li>• vzeli boste svoja redna zdravila</li> <li>• za domov boste dobili nekaj tablet proti bolečinam in tablete za nadomeščanje hormona ščitnice</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• naprej uživajte svoja redna zdravila</li> <li>• potrebno je, da zjutraj na tešče vzamete tudi zdravilo za nadomeščanje hormona ščitnice</li> <li>• v primeru bolečin vzemite tableto proti bolečinam</li> <li>• če ste jemali zdravila proti strjevanju krvi, lahko ponovno pričnete z jemanjem</li> </ul>
<b>Prehrana</b>	<b>Dobili boste:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• navodila, kdaj prenehati s hranjenjem pred operacijo – priporočljivo je, da dan pred operacijo uživate lažjo hrano in ne jeste od 24. ure dalje</li> <li>• navodila, kdaj morate prenehati z uživanjem tekočine</li> </ul>	<p>Po operaciji ne smete uživati tekočin / hrane, dokler niste popolnoma zbujeni. To traja od 2–4 ur.</p> <p>Požiranje in uživanje hrane je zaradi bolečine in otekline na vratu kak teden ali dva še oteženo, nato pa te težave minejo same od sebe.</p>	<p>Pričeli boste z normalnim hranjenjem. Mogoče je, da ob hranjenju občutite slabost, kar je posledica anestezije. Zaradi neprijetnega občutka v grlu priporočamo, da je hrana še nekaj časa bolj mehka ali kašasta.</p>	Težave z oteženim požiranjem bodo postopoma prenehale.
<b>Aktivnost</b>	Pred operacijo ste lahko normalno aktivni.	<p>V postelji boste počivali vsaj nekaj ur ali do jutra po operaciji. Priporočljivo je, da čim prej vstanete, saj s tem preprečite možnost zapletov.</p> <p>Izvajajte vaje z nogami in globoko dihanje.</p> <p>Priporočljivo je, da ob vstajanju z rokami pridržite vrat in ne delate naglih gibov.</p>	Zjutraj lahko normalno vstanete in pričnete z aktivnostmi. Dokazano je, da zgodnje vstajanje po operaciji pomaga pri hitrejšem okrevanju in preprečevanju zapletov kot sta pljučnica in embolija.	Aktivnosti vsak dan povečujte. Svetujemo sprehode in gibanje v naravi. Vsaj dva tedna se izogibajte dvigovanju težjih bremen.
<b>Osebna nega</b>	<b>Priporočamo:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• da se pred operacijo tuširate</li> <li>• da prenehate s kajenjem in s tem zmanjšate možnosti za komplikacije po operaciji</li> </ul>	Po operaciji vam bomo pomagali pri popolni osebni negi v postelji. Če se boste počutili sposobni, vas bomo pospremili do kopalnice.	Medicinska sestra vas bo pospremila do kopalnice. Po umivanju se boste počutili bolje.	Lahko se normalno tuširate in umivate. Rano nežno umijte in osušite.
<b>Operativna rana</b>		Operativna rana bo pokrita z obližem. Dva tanka drena bosta iz rane na vratu priključena na plastično steklenico, kjer se bo nabirala tekočina. Ko vstanete, steklenico vzamete s seboj.	Drene na vratu vam bomo odstranili in rano pokrili z obližem. Rana je zašita s šivi, ki jih ni potrebno odstraniti.	Še nekaj dni imejte na rani obliž. Rana naj bo suha. Ko jo odkrijete, jo še mesec dni ne izpostavljajte neposrednemu soncu. Izogibajte se UV žarkom v solarijih.
<b>Odpust in navodila</b>	<b>Priporočamo:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• priskrbite si spremljevalca, ki vas bo odpeljal domov.</li> </ul>	<b>Navodila so izdelana za običajen potek in zdravljenje po operaciji in se lahko spreminjajo. To odstopanje je mogoče zaradi zapletov ali drugih težav, ki se pojavijo.</b>	Po zajtrku boste dobili odpustno pismo, zdravila in vsa potrebna navodila za kontrolne preglede pri zdravniku. Med 9. in 10. uro lahko s spremstvom že zapustite bolnišnico.	Sledite navodilom o kontrolnih pregledih v ambulanti. V primeru težav ali nejasnosti nas lahko kadarkoli pokličete.

## KAKO LAHKO POMAGATE?

**Prosimo, da po operaciji opozorite medicinsko sestro ali zdravnika, če se pojavi kateri, od naslednjih problemov:**

- **težave pri dihanju**
- **krči v mišicah**
- **ščemenje (mravljinčenje) okrog ustnih kotov ali v konicah prstov**
- **drugi problemi, če se vam pojavijo**

### VAJE PO OPERACIJI

#### 1. Vaje za cirkulacijo

Dvigujte in spuščajte noge. Ponovite 10-krat.



Z nogami krožite v krogih. Ponovite 10-krat.

Pokrčite koleno, s petami na postelji, in ga ponovne iztegnite. Ponovite z drugo nogo. Vajo ponovite 5-krat.

Napnite noge v iztegnjenem položaju in preštejte do pet, nato jih ponovno sprostite. Ponovite 5-krat.

#### 2. Dihanje in kašljanje

Globoko dihanje: V sedečem ali ležečem položaju položite roke na spodnji del prsnega koša. Globoko vdihnite in počasi izdihnite. Ponovite 5-krat.

Počasi globoko vdihnite in hitro izdihnite. Ponovite 2-krat.

Kašljanje: Globoko vdihnite in zakašljajte. Ponovite 1-krat.



## OPERACIJA ŠČITNICE

Večina ljudi zelo hitro okreva po operaciji ščitnice.

Večino vsakodnevnih aktivnosti boste sposobni opravljati v tednu dni ali dveh.

Mogoče je, da boste v predelu vratu čutili zatezanje, imeli neobčutljiv predel kože okrog operativne rane in še kakšen teden dni občutili lažje težave pri požiranju.

### KOMPLIKACIJE PO OPERACIJI ŠČITNICE

V predelu vratu, kjer leži ščitnica, je veliko pomembnih živcev in drugih struktur. Operacija ni enostavna in jo opravljajo samo izkušeni in za to usposobljeni kirurgi. Okrevanje po operaciji je hitro, lahko pa se pojavijo določeni zapleti ali nevšečnosti:

- Oteženo dihanje zaradi otekline v predelu vratu izgine v nekaj dneh.
- Krvavitev. Transfuzija krvi je redko potrebna.
- Poškodba oz. nadraženost živca, ki regulira premikanje glasilk, povzroči zamolkel glas ali hripavost. Resne poškodbe živca se dogodijo zelo redko.
- Med operacijo ščitnice se lahko poškodujejo obščitnične žleze. Kontrolirali vam bomo nivo kalcija v serumu in predpisali ustrezna zdravila za nadomeščanje. Poškodba žleze je redka.
- V primeru odstranitve obeh reznjev ščitnične žleze boste celo življenje jemali tablete za nadomeščanje hormona.

Operacije v današnjem času so zelo varne, vendar imajo prav tako določena tveganja. Tveganje je večje pri starejših ljudeh ali bolnikih z resnimi pridruženimi boleznimi, kot so:

- Bolezni srca in ožilja (po srčni kapi, ateroskleroza) pomenijo povečano možnost za tvorbo krvnih strdkov. Krvni strdek iz ven na nogah lahko odplavi v pljuča ali možgane in povzroči življenjsko resne zaplete. Razgibavanje, elastični povoji in zdravila proti tvorbi strdkov, pomagajo pri preprečevanju komplikacij.
- Vnetje rane ni pogosto in se večkrat pojavi pri ljudeh s sladkorno boleznijo.
- Pljučnica po operaciji je pogostejša pri kadilcih in ljudeh z astmo in kroničnim bronhitisom.