



מרכז רפואי ע"ש ברוך פדה, פוריה  
מסונף לפקולטה לרפואה של אוניברסיטת בר אילן בגליל  
The BARUCH PADEH Medical Center, Poriya  
Affiliated to The Faculty of Medicine in Galilee - Bar Ilan University



Organization Accredited  
by Joint Commission International

#### CARDIO-THORACIC UNIT

DIRECTOR: EREZ KACHEL, MD

CARDIOVASCULAR INSTITUTE

DIRECTOR: PROF OFFER AMIR, MD, FACC

PHONE: 972-4-6652287

FAX: 972-4-6652259

היחידה לניתוחי לב-חזה

מנהל היחידה: ד"ר ארז קכל

המערך הקרדיווסקולארי

מנהל המערך: פרופ' עופר אמיר

טל: 04-6652287

פקס: 04-6652259

חברת הדרכה לניתוח לב פתוח- רוסית

# Информационная брошюра для пациентов, которым предстоит операция на открытом сердце

### Уважаемый пациент,

Вам назначена операция на открытом сердце. Это может вызывать тревогу у вас и у членов вашей семьи. Цель данной брошюры - подготовить вас к запланированной операции. В ней вы найдете ответы на большинство вопросов, касающихся операций на сердце в общем, и вашей операции в частности.

Брошюра содержит информацию об операции, о ходе госпитализации, о процессе восстановления и жизни после операции.

Мы видим в вас и в членах вашей семьи активных партнеров в процессе подготовке к операции и восстановления.

Данная брошюра предназначена как для мужчин, так и для женщин. Она не заменяет собой беседу с персоналом отделения.

Мы будем рады ответить на любые вопросы и обращения.

**Желаем скорейшего выздоровления и возвращения к полной жизни.**

### Персонал отделения

- Кардиохирурги
- Кардиологи
- Стажеры
- Квалифицированные медсестры
- Вспомогательный персонал
- Многопрофильный персонал

**Мы находимся здесь для того, чтобы предоставлять вам наилучшее лечение и уход**

### Общая информация:

**Часы посещения в отделении:** 7:00-9:30, 16:00-20:00

Просим соблюдать график посещения на благо пациентов.

Члены семьи, которым необходимо организовать проживание в больнице, должны обратиться к медицинскому персоналу.

В отделение запрещено приносить еду, приготовленную дома, в целях соблюдения кашрута и чистоты.

Рекомендуется прочесть информационный лист для пациента и членов его семьи.

### Роль социального работника:

Психологическое и физическое восстановление после операции на открытом сердце зачастую сопровождается эмоциональными перепадами и необходимостью менять привычный образ жизни.

Социальный работник отделения всегда к вашим услугам. Для назначения встречи с социальным работником, обращайтесь к среднему медицинскому персоналу.

Социальный работник предоставляет следующие услуги:

- Составление программы реабилитации при участии многопрофильного персонала
- Помощь в преодолении эмоциональных трудностей пациента и членов его семьи, связанных с диагнозом и процессом лечения
- Организация необходимых ресурсов, требуемых перед вашей выпиской домой

- Реализация прав на услуги и поддержку от государства, такие как права по Закону о страховании на случай долгосрочного ухода, право на поддержку от социальных служб и пр.
- Социальный работник находится в отделении в утренние часы. Рекомендуется назначить встречу заранее.
- Услуга является бесплатной.

### **Болезни сердца и коронарное шунтирование**

Сердце - это сильный орган, состоящий из мышц, роль которого заключается в поставке крови всем остальным органам тела. Размер сердца равен примерно размеру кулака, и оно расположено в центре грудной клетки с небольшим уклоном влево. Оно состоит из двух отдельных, прилегающих друг к другу помп. Правая помпа качает кровь со сниженным содержанием кислорода в легкие. Левая помпа качает обогащенную кислородом кровь во все органы тела через аорту. Сердце состоит из четырех полостей: два предсердия и две камеры. Также в нем имеются четыре клапана, которые направляют кровь в различные полости сердца и из них - в остальные органы тела.

**Коронарные артерии** - как и остальным органам тела, сердцу требуется обогащенная кислородом и энергией кровь, чтобы продолжать биться. Существует отдельная система поставки крови через коронарные артерии, ответвления которых исходят из аорты и входят в различные части сердца. Сердце получает кровоснабжение из трех артерий (сонная артерия, правая коронарная артерия и огибающая артерия), которые разделяются на дополнительные артерии, и, таким образом, обеспечивают снабжение всех полостей сердца обогащенной кислородом кровью.

**Атеросклероз** - результат оседания липидов на внутренних стенках артерий. При атеросклерозе в коронарных артериях происходит нарушение кровоснабжения сердечных камер. Стеноз в артериях приводит к нехватке кислорода в сердечной мышце (миокарде), что нарушает ее функцию. При полной окклюзии (блокировке) происходит некроз клеток миокарда (инфаркт миокарда).

Признаки заболевания: дефицит кислорода в сердечной мышце может вызвать давление или боль в груди при нагрузке или волнении, но они могут проявляться и в состоянии покоя. Помимо или вместо боли в груди могут проявляться следующие признаки: одышка, боль в челюсти или в плече, головокружение, слабость, боли в эпигастральной области, потоотделение.

Развитие атеросклероза связано с несколькими факторами риска. Обычно на этот процесс влияют несколько факторов. Большинство из них пациент может контролировать.

Факторы риска: курение, ожирение, отсутствие физической активности, диабет, высокое артериальное давление, высокий уровень липидов в крови, стресс, наследственность.

### **Диагностика заболевания**

1. Сердечная катетеризация: основное исследование, цель которого - выявить точное расположение, количество и тяжесть окклюзий в коронарных сосудах.
2. ЭКГ: регистрация электрической функции сердца. Предоставляет необходимую информацию о функционировании сердца.
3. Стресс-тест: демонстрирует изменения в электрической функции сердца в качестве реакции на физическую нагрузку.

### **Коронарное**

### **шунтирование**

Понятие "операция на открытом сердце" означает, что в ходе операции хирург проводит надрез на коже и разрезает грудную кость, чтобы получить прямой доступ к сердцу. В ходе

операции пациент подсоединен к аппарату искусственного кровообращения, который заменяет собой функцию сердца и легких. Кровь из организма поступает в аппарат, обогащается в нем кислородом и возвращается в организм. По окончании операции аппарат отключают от сердца, и оно возвращается к своей функции. Хирург использует фрагмент кровеносного сосуда для того, чтобы создать обходной путь (шунт), который позволяет крови обойти закупоренный отрезок. Количество шунтов зависит от количества окклюзий и их тяжести. По окончании операции, края грудной кости стягивают проволокой из нержавеющей стали, которая останется там навсегда. Кожу грудной клетки сшивают швами, которые удаляются через две недели после операции.

Шунт - отрезок кровеносного сосуда, цель которого - обойти закупоренный отрезок коронарной артерии. Можно сформировать шунт из грудной артерии, которая находится внутри грудной клетки, из вены ноги или вены руки.

**Коронарное шунтирование без подключения к аппарату искусственного кровообращения.** В некоторых случаях операцию возможно провести без подключения к аппарату искусственного кровообращения. При использовании этого метода сердце продолжает биться в ходе операции. Выбор метода проведения операции осуществляется по усмотрению хирурга.

### **Болезнь клапанов сердца**

Сердце в нашем организме безостановочно функционирует, как насос.

Оно состоит из четырех разделов - две камеры и два предсердия. Четыре клапана сердца действуют в качестве односторонних ворот. При каждом сокращении сердца открываются одни клапана, а другие закрываются, чтобы позволить крови перетечь в следующую камеру и не позволить ей вернуться обратно. Эта функция клапанов позволяет крови эффективно поступать во все камеры сердца и в остальные органы. Проблема с клапанами сердца может вести к нарушению его функции.

**Недостаточность сердечного клапана** (утечка клапана) - порок, при котором клапан не может закрыться полностью, и при этом часть крови возвращается обратно. Это может вызвать отек легких или отеки на теле. Данная проблема называется недостаточностью клапана. Она может быть сопряжена со следующими ощущениями: затруднение дыхания, отеки в ногах.

Стеноз клапана - при стенозе клапан раскрывается лишь частично, и из-за суженного отверстия нагрузка на сердце увеличивается. Это состояние может развиваться до сердечной недостаточности. Она может быть сопряжена со следующими ощущениями: давление в груди, слабость, усталость, дурнота или головокружение, учащенное сердцебиение.

### **Операция на клапанах сердца**

В ходе операции клапан можно заменить или восстановить.

#### **Коррекция клапана**

Если речь идет о стенозе клапана - в ходе операции удаляются обызвествленные участки, что улучшает кровоток через клапан.

При утечке части клапана будут укорочены или укреплены, чтобы позволить более плотное закрытие.

#### **Замена клапана**

Если коррекция невозможна, клапан меняют.

Существуют два вида клапанов, которыми можно заменить поврежденный клапан:

**Механический клапан** - изготавливается из биосовместимого материала. После имплантации механического клапана следует принимать антикоагулянты до конца жизни.

**Биологический клапан** - клапан свиньи, коровы или человека. После имплантации биологического клапана нет необходимости принимать антикоагулянты в течение всей жизни, но его срок службы короче по сравнению с механическим клапаном.

### Стоматология

Очень важно завершить все необходимые стоматологические процедуры до операции. Перед операцией по замене клапана следует пройти стоматологический осмотр, чтобы убедиться в отсутствии очагов воспаления. Недолеченные зубы или наличие очагов инфекции перед операцией могут привести к развитию инфекции в новом клапане.

Если после операции по замене клапана вам будут требоваться стоматологические процедуры, проконсультируйтесь с семейным врачом или с кардиологом по поводу профилактического приема антибиотиков и прекращения приема антикоагулянтов, по необходимости.

### В преддверии операции

Прием в отделение осуществляется одним из следующих способов: через предоперационную клинику или вследствие срочной госпитализации.

Если вы были приняты через предоперационную клинику, вам будет назначена дата операции.

На госпитализацию следует принести следующие документы:

- Обязательство от больничной кассы на оплату операции ("итхайвут")
- Удостоверение личности
- Приглашение в стационар
- Медицинские документы и результаты анализов и проверок в вашем распоряжении (рентгеновский снимок грудной клетки, ЭКГ, анализы крови и пр.)
- Личные вещи
- Постоянно принимаемые лекарства

**Не приносите с собой крупные суммы денег, ювелирные украшения или другие ценные вещи. Отделение не несет ответственности за утерянные вещи.**

**Сдача донорской крови** - при проведении операции на сердце и после нее зачастую требуется переливание крови. Требуется справка из банка крови о сдаче не менее трех единиц донорской крови.

### Общие рекомендации

**Узнайте больше о заболевании** - перед операцией вы получите инструктаж о ходе операции и периоде реабилитации от медсестры. Важно, чтобы ваши члены семьи тоже прослушали этот инструктаж. Рекомендуются внимательно прочитать данную брошюру и обращаться к лечащему персоналу в случае возникновения вопросов.

**Здоровое питание.** Рекомендуются соблюдать разнообразную диету, обогащенную витаминами и белками, чтобы подготовить ваш организм к операции и к последующему процессу реабилитации.

**Отдых** - крайне важен перед операцией.

**Бросьте курить.** Помимо известных рисков, курение может существенно замедлить процесс восстановления после операции.

**Эмоции.** Большинство пациентов ощущают перед операцией тревогу. Все страхи и переживания являются естественными и их можно понять. Для того, чтобы справиться с

этими эмоциями, мы рекомендуем поделиться ими с близким человеком, искать поддержки у окружающих и принять положительный настрой.

### **Подготовка к операции**

Следует прибыть в больницу за день до запланированной операции.

Явившись в отделение, обратитесь к медсестре.

Вас примут медсестра, врач и анестезиолог.

### **В день операции**

Волосы в области грудной клетки будут удалены с помощью специального крема. Цель удаления волос - очистить область операции и снизить риск инфекции.

Вечером за день до операции и утром в день операции следует искупаться с использованием **антисептического мыла** (следует получить его от персонала отделения).

Отдайте сопровождающим вас членам семьи все личные вещи, включая ценности и протезы. Снимите лак с ногтей.

Ваши члены семьи имеют право сопровождать вас до входа в операционную, а далее - ждать окончания операции в смежном зале ожидания.

### **Анестезия и операция**

В операционной вас примут медсестра и анестезиолог. Вас ввезут в операционный зал. Вас подключат к монитору и наденут кислородную маску. Через несколько минут вы уснете и проснетесь уже в отделении интенсивной терапии.

Операция на сердце длится несколько часов. Продолжительность операции меняется от пациента к пациенту.

По окончании операции хирург сообщит вашим близким всю необходимую информацию.

### **После операции**

По окончании операции вас перевезут в отделение интенсивной терапии, которое находится рядом с отделением кардиологии. Ваши члены семьи должны будут ждать в зале ожидания, который находится у входа в отделение. Им можно будет ненадолго заходить к вам, в зависимости от вашего состояния.

Длительность пребывания в отделении интенсивной терапии меняется от пациента к пациенту, и зависит от его состояния.

Телефон отделения кардиологической реанимации: 04-6652287.

Мы рекомендуем, чтобы один из членов семьи был на связи с лечащим персоналом и передавал информацию остальным.

В первые часы после операции вы будете испытывать сильную сонливость из-за анестезирующих средств, которые вам вводили в ходе операции.

Проснувшись, вы обнаружите, что подсоединены к нескольким трубкам:

**Эндотрахеальная трубка** - трубка, которая вводится в трахею и подсоединяется к аппарату искусственного дыхания. Цель аппарата искусственного дыхания - помочь вам дышать и снизить нагрузку на сердце, чтобы организму было легче отойти от операции. Эндотрахеальная трубка проходит через голосовые связки, из-за чего вы не сможете разговаривать. После извлечения трубки к вам вернется способность разговаривать. Иногда может возникнуть хрипота, которая пройдет через несколько дней. После извлечения эндотрахеальной трубки будет использоваться кислородная маска.

**Зонд** - трубка, проходящая через нос в желудок. Ее цель - выводить жидкости и воздух во избежание рвоты. В большинстве случаев зонд извлекают вместе с эндотрахеальной трубкой.

**Дренажи** - обычно речь идет о двух-трех пластиковых трубках, которые вводятся в грудную полость в ходе операции. Их предназначение - выводить выделения, которые скапливаются в организме после операции. Извлечение трубок производится врачом через 1-2 дня после операции.

**Электроды** - два небольших провода, которые вводятся в ходе операции. Они подсоединяются к внешнему кардиостимулятору в целях регуляции сердечного ритма, по необходимости. Электроды будут извлечены в день выписки.

**Катетер** - трубка, которая вводится в мочевого пузыря и позволяет вести наблюдение за балансом жидкостей. Катетер извлекают примерно через два дня после операции.

**Центральный венозный катетер** - позволяет вводить лекарства и жидкости через вену.

**Монитор/телеметрия** - до выписки вы будете находиться под постоянным контролем, который будет осуществляться с помощью монитора или телеметрии.

### **Ход реабилитации**

По усмотрению лечащего персонала и в соответствии с вашим медицинским состоянием, вас могут перевести для дальнейшего ухода из реанимации в отделение.

### **Мобильность**

После операции крайне важно как можно раньше начать ходить. Ходьба важна для вентиляции легких, а также для профилактики пролежней и образования тромбов.

С помощью лечащего персонала вы спуститесь с койки и пересядете на кресло в первый день после операции. В дальнейшем вы сможете сделать несколько шагов. Основная цель - увеличить проходимое расстояние, но не темп. Ходьба необходима для вашего восстановления! Избегайте длительного пребывания в кровати и старайтесь больше сидеть, чтобы дыхание было более эффективным. Когда вы сидите и лежите, старайтесь поднимать ноги для профилактики отеков. Также избегайте скрещивания ног.

### **Нагрудный ремень**

В ходе периода реабилитации важно носить нагрудный ремень для стабилизации грудной клетки. Носите его круглые сутки в течение двух месяцев после операции.

### **Эластичные чулки**

Когда проводился разрез в области ноги или если у вас имеются отеки - рекомендуется надевать эластичные чулки.

### **Дыхание**

В первые дни после операции лечащий персонал будет проверять ваше дыхание несколько раз в день, и, когда это станет возможным, снимет кислородную маску. Кашель и выведение мокроты необходимы для вентиляции легких. Рекомендуется дышать медленно и неглубоко. Дыхательная терапия будет включать в себя дыхательную физкультуру, физиотерапию и ингаляцию лекарств.

### **Боль**

Боль в груди является результатом разреза кожи и грудной кости, но она может иррадиировать также в область плеч, поясницы и спины. Если проводился разрез в области руки или ноги - в них вы тоже можете ощущать боль. Правильная оценка интенсивности боли и купирование боли являются важными факторами, напрямую воздействующими на успех лечения и на скорость восстановления после операции. Медицинский персонал отделения использует шкалу боли, с помощью которой можно оценить интенсивность боли по шкале от 0 (нет боли) до 10 (невыносимая боль). Оценка интенсивности боли будет проводиться персоналом на каждой смене, и она будет соответственно купироваться.

Купирование боли существенно ускоряет процесс реабилитации. Поэтому если вы ощущаете даже незначительную боль, рекомендуется принимать анальгетики. Важно сообщать о боли

לעצמם וללשונם ולקבלת אמצעים להקטנת כאב. קליטת כאב מובילה לשינה טובה יותר, לשיפור בתפקוד הריאות (עוזר למנוע זיהומים בנתיבי הנשימה) ולשיפור תנועתיות.

### **לечение ран**

חשוב לטפל באתר הניתוח עם מים וסבון. אתם יכולים לשבת בבריכת מים, יושבים על כיסא. במקרה הצורך, הצוות הרפואי יעזור לכם. בראשית הטיפול הרפואי הצוות יעשה חבישות על פצעים. בהמשך, אם הפצעים נקיים וחסרי הפרשות, אין צורך בחבישות.

### **Питание**

בערך 24 שעות לאחר הניתוח אתם תוכלו לשתות מים או תה. ביום הבא אתם תוכלו להתחיל לאכול מזון רך, ובמשך הזמן - לעבור לאוכל רגיל. בראשית הטיפול הרפואי הצוות יעשה חבישות על פצעים. בהמשך, אם הפצעים נקיים וחסרי הפרשות, אין צורך בחבישות.

### **Потребление жидкостей**

מומלץ לשתות לפחות 8-10 כוסות מים ביום. מומלץ להימנע ממשקאות קלים, קפה ואלכוהול.

### **Стул**

במהלך שני הימים הראשונים לאחר הניתוח אתם עלולים להרגיש "גזים" בבטן, שזהו תוצאה של תחילת פעילות מערכת העיכול. תחושה זו היא טבעית ותיארה לאחר הפעולה הראשונה של מערכת העיכול. עצירת שתן יכולה להיות תוצאה של הרדמה, אמצעים להקטנת כאב, תנועתיות נמוכה או צריכה לא מספקת של נוזלים. במקרה של עצירת שתן יש לדווח לרופא, שכן הוא יוכל לתת טיפול מתאים. טיפול הרדמה מתחיל ביום השלישי לאחר הניתוח.

### **Повышенная температура**

עליית הטמפרטורה בראשית הטיפול הרפואי היא תופעה נפוצה. הצוות הרפואי יעקוב אחר שינויים בטמפרטורה בתוספת מעקב אחר מדדים אחרים.

### **Уровень сахара в крови**

הניתוח הוא מצב מתחשש עבור הגוף, שגוף מגיב על ידי העלאת רמת הסוכר. בראשית הטיפול הרפואי רמת הסוכר בדם נבדקת אצל כל המטופלים. אצל מטופלים עם סוכרת עלולה להיות עלייה ברמת הסוכר בדם, שדורש טיפול. רמת הסוכר נוטה להשתפר ולהישאר ברמה שלפני הניתוח במהירות, שונה מעולה מהמטופל.

### **Плохое настроение**

אתם עלולים להרגיש רגועים. לפעמים זה יכול להיגרם על ידי עצבות או רצון לכתוב. ייתכנו גם תופעות כגון חלומות לילה ובעיות זיכרון. הן הן בדרך כלל תוצאה של הרדמה, חוסר שינה ותרופות שונות. במהלך ההחלמה תגובות אלו יעברו.

### **Отдых и посещения**

נוחנות חשובה להחלמה טובה. ביקורים של קרובים יעזרו לכם, אך עלינו לבקש מכם לשמור על שעות הביקורים בחדר. מספר הביקורים מוגבל לשניים. **לילה עם בני המשפחה בחדר אסור.**

### **День выписки**

Длительность пребывания в стационаре - около 5 дней после операции. Дата выписки устанавливается врачом в зависимости от скорости восстановления. Перед выпиской вы пройдете проверки и анализы, включая: рентгеновский снимок грудной клетки, анализы крови, ЭКГ. Также в день выписки будут извлечены электроды кардиостимулятора, которые были имплантированы в ваше сердце в ходе операции.

В день выписки вы получите заключительное письмо от врача, рецепты на лекарства, результаты ЭКГ и очередь на удаление швов. Медсестра проведет вам личный инструктаж в отношении поведения после выписки и рекомендаций приема лекарств. Отделение не предоставляет лекарств для приема после выписки.

### **Программа кардиологической реабилитации и восстановления**

Кардиологическая реабилитация и пребывание в специализированной клинике частично спонсируются больничной кассой. Дополнительную информацию о ваших правах вы можете получить от социального работника в отделении. После операции рекомендуется принять участие в программе кардиологической реабилитации.

### **Возвращение к обычной жизни**

Операция на сердце имеет воздействие как на вас, так и на членов вашей семьи. Помимо процесса физического восстановления, существует также эмоциональный процесс адаптации и возвращения к обычной жизни. Процесс реабилитации включает в себя изменения в образе жизни, в том числе переход на здоровое питание, регулярные занятия спортом и прекращение курения.

Возвращение к обычной жизни занимает несколько недель. Длительность восстановления - около двух месяцев. В этот период вы можете ощущать усталость, нервозность, тревогу и плохое настроение. Все они постепенно пройдут. Привыкание к новой реальности после операции требует вложения энергии. Общение с членами семьи и с друзьями может облегчить этот процесс.

### **Медицинское наблюдение**

После выписки из больницы следует как можно раньше явиться к лечащему врачу.

Удаление швов проводится через две недели после операции. В день выписки вместе с остальными документами вы получите приглашение на данную процедуру. Удаление швов проводится в кардиологической клинике, которая находится внутри отделения.

Примерно через месяц после операции вас пригласят на контрольное посещение у кардиолога. Рекомендуется принести в собой на встречу выписной эпикриз. Примерно через месяц после операции рекомендуется явиться на посещение к кардиологу по месту жительства или в кардиологическую клинику.

После операции желательно записаться на программу кардиологической реабилитации в институте кардиологической реабилитации.

### **В следующих случаях необходимо обращаться к врачу или в приемный покой:**

- ♣ Боли в груди, отличающиеся от обычных болей после операции
- ♣ Нерегулярный сердечный ритм
- ♣ Температура выше 38,5°C
- ♣ Одышка в состоянии покоя
- ♣ Выделения, покраснение и/или существенный отек в области операционной раны
- ♣ Любое другое явление или ощущение, которые вызывают у вас подозрение.

## Лекарства

Большинству пациентов после операции требуется медикаментозное лечение. Важно, чтобы вы знали все о своих лекарствах (название, доза, предназначение, график приема, побочные явления, наблюдение).

## Боль

Боли в области операционной раны, в грудной клетке и в спине могут продолжаться до нескольких месяцев после операции. В случае болей принимайте обезболивающие препараты. Рекомендуется также принимать их перед какой-либо активностью.

## Операционные раны

Длительность восстановления и заживления ран в грудной клетке - около 6-8 недель. Грудная кость стягивается металлической проволокой, которую нет необходимости извлекать. Операционные раны могут болеть и чесаться в течение нескольких недель после операции. Также могут быть онемевшие участки, участки с легким покраснением, отеком и зудом. Все эти явления также проходят со временем. В случае развития сильного покраснения, отека, выделения или ухудшения болей - сообщите врачу.

В целях снижения отеков и болей - избегайте длительного стояния и сидения со скрещенными ногами. По возможности, рекомендуется поднимать прооперированную ногу.

В верхней части грудной клетки возможен легкий отек - это явления является нормальным.

Погодные изменения, пониженный уровень активности или повышенный уровень активности могут вызвать дискомфорт в области операционной раны. Душ или обезболивающие средства могут облегчить неприятные ощущения.

Разрез на ноге заживает дольше разреза на груди.

Во избежание натяжения в области рубца на груди, женщинам рекомендуется носить бюстгалтер. Защищайте область рубца от солнечных лучей.

## Купание

Ежедневное купание является очень важным. Рекомендуется мыться в воде комнатной температуры. В течение первого месяца после операции не рекомендуется принимать ванны. Мойте операционные раны аккуратно водой и обычным мылом. По окончании купания осушайте их чистым полотенцем. Не наносите на область рубца кремы или мази.

Избегайте купания в море или в бассейне в течение первых трех месяцев после операции.

## Эластичные чулки

Если проводился надрез на ноге, в период восстановления (примерно два месяца) рекомендуется носить эластичный чулок. Чулок стимулирует кровообращение и снижает отек. Чулок следует носить в течение дня и снимать на ночь.

## Питание

Правильное питание важно для вашего здоровья и для здоровья вашего сердца. Лишний вес требует более интенсивной работы сердца. Рекомендуется составить программу постепенного снижения веса. Питание должно быть здоровым и сбалансированным, с низким содержанием жиров животного происхождения. Рекомендуется сократить потребление соли. Соблюдайте регулярный график питания, избегайте обильных трапез. Ешьте крупы, свежие овощи и фрукты, рыбу и курятину (без кожи). Рекомендуется сократить употребление говяжьего мяса и потрохов, жирного мяса и любого другого твердого жира, жирных сыров, соленых сыров, масла и маргарина, яиц и пр.

### **Потребление жидкостей**

Вы должны много пить, поскольку в послеоперационный период большинство пациентов получают мочегонные препараты. Пейте около 10 стаканов воды в день.

### **Вес**

Взвешивайтесь на ежедневной основе. Наблюдение за весом поможет вам заметить в случае, если будет иметься резкое повышение веса. Это явление может свидетельствовать о накоплении жидкостей, требующем обращения к врачу с дальнейшим медикаментозным лечением.

### **Курение**

Прекращение курения требует усилий с вашей стороны, однако оно необходимо в целях предотвращения рецидива заболевания в будущем. В целях прекращения курения вы можете обратиться к специалистам по этому вопросу по месту жительства. Также рекомендуется избегать пассивного курения (нахождения в месте, где другие курят).

### **Вождение**

В течение 6-8 недель после операции не садитесь за руль автомобиля. Боль, слабость и ограничения подвижности могут замедлить ваши реакции. Существует риск, что вы не сможете среагировать с необходимой скоростью в случае необходимости. Вместе с тем, являясь пассажиром, всегда пристегивайтесь ремнем безопасности.

### **Поднятие тяжестей**

Избегайте подъема тяжестей свыше 5 кг в течение трех месяцев после операции, во избежание напряжения в области грудной кости. Также запрещено поднимать тяжести в обеих руках. Не поднимайте сумки, пакеты с покупками, и детей. Не толкайте тяжелые двери или мебель.

### **Половая жизнь**

Большинство прооперированных пациентов испытывают беспокойство в отношении половой жизни. В большинстве случаев нет противопоказаний к возвращению к сексуальной активности, но следует делать это, когда вы будете готовы физически и эмоционально. В течение первых 6-8 недель следует избегать позиций с давлением на грудную клетку.

Половые отношения имеют не только физический, но и эмоциональный аспект. Поэтому рекомендуется открыто побеседовать на эту тему с партнером/шей и постепенно вернуться к физической активности.

Лекарства, которые вы принимаете, могут отрицательно влиять на половую функцию. В случае проблем с половой функцией мы рекомендуем проконсультироваться с лечащим врачом.

### **Возвращение на работу**

Ваше решение о возвращении на работу будет приниматься в зависимости от вашего рода занятий, скорости восстановления и способности выполнять требуемую работу. Следует возвращаться к работе постепенно и в соответствии с рекомендациями лечащего врача.

### **Возвращение к физической деятельности**

В ходе периода восстановления любая физическая нагрузка может вызывать усталость. Вас могут утомлять даже такие действия, как принятие душа или одевание. Планируйте перерывы на отдых между своими действиями и повышайте уровень активности постепенно. Первое время вы будете чувствовать слабость или усталость. Это нормально.

Ходьба улучшает циркуляцию крови, расслабляет напряженные мышцы, повышает физический тонус и улучшает общее самочувствие. Рекомендуется ежедневно заниматься ходьбой, постепенно увеличивая расстояние и повышая скорость. Нет противопоказаний подъему по ступенькам, однако речь идет о деятельности, требующей более активных

усилий, чем ходьба, и поэтому следует действовать медленно осторожно. Делайте перерывы и отдыхайте, пока вы не почувствуете, что можете продолжать. Не облакачивайтесь на перила, за исключением случаев, если это вам требуется для сохранения равновесия.

### **Сон**

После операций на сердце пациенты зачастую испытывают проблемы со сном. Перед сном рекомендуется принимать анальгетики, чтобы избежать болей при лежании или смене положения. В случае, если проблемы со сном не проходят, мы рекомендуем проконсультироваться с лечащим врачом.

### **Работа по дому**

В первые недели после операции начните с простых действий, таких как протирание пыли или накрывание на стол. Такие действия, как подметание, развешивание белья или работа в саду создают нагрузку на грудную клетку, и поэтому их следует избегать в период реабилитации.

### **Эмоции**

После операции на сердце плохое настроение является распространенным явлением. Обычно оно стабилизируется в течение нескольких недель.

Несколько методов улучшить настроение:

- Ежедневное купание
- Ежедневная ходьба
- Хобби или социальная активность
- Делитесь чувствами с близкими людьми
- Непрерывный сон
- Участие в группе кардиологической реабилитации

### **Важные телефоны:**

Отделение кардиологической реанимации: 04-6652287

Кардиологическое отделение: 04-6652655/6

Секретариат: 04-6652658

Факс кардиологии: 04-6652636

Факс секретариата: 04-6652654

**Вы и ваши близкие может обратиться к нам по любым вопросам.**

**Персонал отделения желает вам скорейшего выздоровления!**

(דף מידע בשרור)

## Операция на открытом сердце Информация для пациента перед выпиской из отделения

Данный лист содержит конспект необходимой информации перед выпиской

### Медикаментозное лечение

Соблюдайте режим приема препаратов, который был рекомендован вам в выписном эпикризе, если только вы не получили иные рекомендации от врача.

### Продолжительность реабилитации

Продолжительность реабилитации после операции на открытом сердце меняется от человека к человеку, и может длиться 6-8 недель, а иногда и дольше.

После операции возможны различные явления, такие как:

- Плохое настроение
- Психологический стресс
- Физическая слабость
- Отсутствие аппетита
- Боли
- Нарушения сна

**Эти ощущения характерны для периода реабилитации, и следует помнить, что они ожидаемы, нормальны и временны.**

### Медицинское наблюдение

Вы должны явиться на визит к семейному врачу через неделю после выписки из больницы и показать ему выписной эпикриз и рекомендации в отношении медикаментозного лечения.

В течение первых трех недель после выписки из больницы следует явиться на визит к кардиологу.

Через 14 дней после операции вас пригласят в отделение на процедуру удаления швов.

Примерно через 16 недель после выписки вас пригласят на встречу с хирургом в целях наблюдения. Следует принести с собой выписной эпикриз, последнюю ЭКГ и свежие результаты анализов крови.

Если в течение первых недель после выписки вы будете госпитализированы, следует сообщить об этом в отделение.

### В следующих случаях следует обращаться к семейному врачу или в приемный покой:

Нерегулярный сердечный ритм

Температура выше 38,5°C

Одышка в состоянии покоя

Существенное повышение или снижение веса

Покраснение и/или существенный отек и/или выделения из операционной раны

Любое другое явление, которое кажется вам выходящим за пределы нормы

### Рекомендации по дальнейшему уходу в домашних условиях

**Операционная рана** - операционные раны на груди и на ноге могут вызвать ощущение боли или зуда. Возможны другие явления, такие как: покраснение, отек, онемение и другие явления, которые будут постепенно проходить. Если эти ощущения проявляются в острой степени, следует связаться по телефону с отделением и назначить очередь на контрольное посещение.

Раны, из которых нет выделений - нет необходимости перевязывать. Защищайте область рубца от солнечных лучей.

**Купание.** Очень важно ежедневно купаться в воде комнатной температуры. Рекомендуется аккуратно промывать операционную рану водой и обычным мылом, а после - осушать ее чистым полотенцем. Не наносите на область раны мази. Избегайте купания в море или в бассейне в течение первых трех месяцев после операции.

**Эластичные чулки** – в период реабилитации рекомендуется носить на прооперированной ноге эластичный чулок в течение дня, и снимать его ночью.

**Нагрудный ремень** - рекомендуется носить в период реабилитации, так как он помогает сохранять стабильность грудной клетки. Следует носить ремень круглые сутки в течение не менее шести недель. Снимайте ремень только на время купания.

**Боль** - боли в области операционной раны, в грудной клетке и в спине могут продолжаться до нескольких месяцев после операции. В случае болей принимайте обезболивающие препараты.

**Питание** - питание и правильные пищевые привычки важны для вашего здоровья. Крайне важно питаться и пить в первые дни после выписки, даже если ваш аппетит снижен.

Здоровое питание необходимо для укрепления организма и быстрого заживления операционных ран, быстрой реабилитации и снижения риска осложнений.

В дальнейшем рекомендуется постепенно работать над снижением веса. Лишний вес требует более интенсивной работы сердца. При необходимости, рекомендуется проконсультироваться с диетологом в рамках больничной кассы.

**Возвращение к физической активности.** После операции рекомендуется заниматься ходьбой. Адаптируйте расстояния под ваши физические возможности. Нет противопоказаний подъему по ступенькам, однако речь идет о деятельности, требующей более активных усилий, и поэтому следует повышать нагрузку постепенно. Делайте перерывы и отдыхайте, пока вы не почувствуете, что можете продолжать. Не облокачивайтесь на перила, за исключением случаев, если это вам требуется для сохранения равновесия. Можно вернуться к более активной физической деятельности в тренажерном зале примерно через 6-8 недель, в соответствии с физическим состоянием. Рекомендуется записаться в программу кардиологической реабилитации в рамках больничной кассы.

**Возвращение на работу** - решение будет приниматься в зависимости от вашего рода занятий, скорости восстановления и способности выполнять требуемую работу. Следует возвращаться к работе постепенно и в соответствии с рекомендациями лечащего врача.

**Эмоции.** После операции на сердце плохое настроение является распространенным явлением. Обычно оно стабилизируется в течение нескольких недель.

Несколько методов улучшить настроение:

- Ежедневное купание
- Ежедневная ходьба
- Хобби или социальная активность
- Делитесь чувствами с близкими людьми
- Непрерывный сон
- Участие в группе кардиологической реабилитации
- Медикаментозное лечение

### **Важные телефоны:**

Кардиологическое отделение: 04-6652655/6

Секретариат отделения: 04-6652658

Заказ очередей: 04-6652291

Факс: 04-6652636

**Персонал отделения желает вам скорейшего выздоровления!**