



Východoslovenský ústav srdcových a cievnych chorôb, a.s.

Úsek ošetrovatel'stva



Informácie pre pacienta po invazívnom zákroku

Ste prepustený z kardiologického oddelenia a absolvovali ste invazívny zákrok. Doporúčame Vám pridržiavať sa informácií ako sa o seba starať po výkone v domácom prostredí.

- dolnú končatinu je potrebné minimálne **1 – 2 týždne šetriť**, to znamená, vyhýbať sa - fyzickej záťaži, zdvíhaniu ťažkých bremien, aktívnemu športu
- **telesnú záťaž** môžete zvyšovať postupne, od krátkych nenamáhavých prechádzok až po nenáročné športy ako sú napr.: rýchlejšia chôdza, jogging, bicyklovanie
- v prípade výskytu **hematómu** / modriny / v mieste vpichu, odporúčame Vám kontaktovať Vášho ošetrojúceho lekára
- **sexuálna aktivita** môže byť obnovená po 7 – 14 dňoch po zvládnutí adekvátnej záťaže
- **motorové vozidlo** môžete riadiť po 7 dňoch
- **do pracovného procesu** sa môžete vrátiť po konzultácií s Vaším kardiológom

Diétne opatrenia

Vhodné potraviny a nápoje:

- zelenina, ovocie, vláknina, hydina, ryby, sója
- minerálne vody s nízkym obsahom sodíka

Nevhodné potraviny a nápoje:

- masné a vyprážané jedlá, biele pečivo, cukrárenské výrobky, alkoholické nápoje
- minerálne vody obsahujúce vysoké množstvo sodíka

U **diabetika** je nutné dodržiavať diétne opatrenia odporúčane diabetológom.

Zdravý životný štýl

Odporúčame:

- prestať fajčiť

- sledovať si hodnoty **krvného tlaku** a vykonávať si záznam o nameraných hodnotách do zošita /optimálne hodnoty krvného tlaku sú pod 130/80 mm Hg /
- vyhýbať sa stresu, psychickej záťaži a konfliktom
- mať dostatok **spánku** - 6 hodín / noc
- sledovať si svoju **hmotnosť** a udržiavať ju v optimálnych hodnotách
- venovať sa **relaxačným metódam** – prechádzky, čítanie knihy, joga, počúvanie relaxačnej hudby

Liečba

Po prepustení z nášho zariadenia sú Vám vydané lieky na tri dni, potom je potrebné do troch dní sa hlásiť u svojho ošetrojúceho lekára, aby Vám predpísal ordinované lieky.

Odporúčame Vám:

- pravidelne **užívať lieky**, nie je vhodné bez ordinácie lekára meniť svoju liečbu
- **sledovať výskyt** bolesti na hrudníku, v prípade bolesti užiť Nitroglycerín pod jazyk, ak bolesti neustupujú do 30 minút, je potrebné kontaktovať lekára



Kontroly v kardiologickej poradni

- **Prvá kontrola** - po dvoch týždňoch od prepustenia z oddelenia v **Krajskej kardiologickej poradni VÚSCH a.s.**, Trieda SNP 1, Košice, 2. poschodie v časti Poliklinika, t.č. 055/640 35 02, kde Vám sestra ochotne podá informácie.
- **ďalšie kontroly** podľa odporúčania kardiológa, prípadne v kardiologickej poradni v mieste trvalého bydliska

Kúpeľná liečba

- **návrh na kúpeľnú liečbu** spolu s **prepúšťacou správou a EKG záznamom** je potrebné doručiť do sídla Vašej zdravotnej poisťovne v mieste bydliska
- ak ste poistencom Všeobecnej zdravotnej poisťovne, dokumentácia na kúpeľnú liečbu sa odosiela z Kardiologického oddelenia

