



JAKOŚĆ ŻYCIA PACJENTA I JEGO RODZINY PO IMPLANTACJI STYMULATORA SERCA

INFORMATOR DLA PACJENTA

Spis treści

Co to jest stymulator serca	3
Pielęgnacja rany po wszczepieniu stymulatora	4
Zalecenie ogólne	5
Codziennie życie ze stymulatorem serca	7
Zalecane środki ostrożności	9

Co to jest stymulator serca

Stymulator serca

Stymulator serca – nazywany również **rozzusznikiem serca** – to małe elektroniczne urządzenie, którego zadaniem jest stymulacja serca, czyli pobudzenie serca do pracy, w sytuacji gdy bije za wolno niezależnie od przyczyny.

ICD

Automatyczny kardiowerter-defibrylator (ICD) to urządzenie, które ma rozpoznawać groźne dla życia arytmie i przerywać je, chroniąc pacjenta przed nagłym zgonem. ICD włącza się tylko wtedy, gdy występuje arytmia.

CRT

Stymulator resynchronizujący (CRT) to urządzenie, którego zadaniem jest przywrócenie synchronii skurczu serca. Synchronia to równoczesne kurczenie się wszystkich ścian serca. Duża część pacjentów, u których wszczepia się CRT, jest jednak zagrożona nagłym zgonem i dlatego otrzymują oni **stymulator resynchronizujący, będący jednocześnie defibrylatorem (CRT-D)**.



Pielęgnacja rany po wszczepieniu stymulatora serca

Wypis do domu zazwyczaj ma miejsce w drugiej lub trzeciej dobie od zabiegu, a zdjęcie szwów skórnych – o ile nie są wchłanialne – odbywa się między siódmą a dziesiątą dobą. W tym czasie pacjent musi obserwować, jak goi się rana, i w razie wątpliwości poinformować o nich ośrodek wszczepiający.

Najważniejsze zasady:

- Unikaj gorących kąpielii w wannie, basenach, gorących źródłach – przez co najmniej 3 miesiące preferowany jest letni prysznic.
- Dbaj, aby rana pooperacyjna zawsze była czysta i sucha; nie ma potrzeby stosowania opatrunku zewnętrznego.
- Oglądaj okolice rany – jeśli zauważysz objawy infekcji, np. podwyższoną temperaturę, zaczerwienienie, nasiloną bolesność lub obrzęk w okolicy łoża stymulatora, wyciek z rany o jakimkolwiek charakterze: krwisty, surowiczny, ropny – natychmiast skontaktuj się z lekarzem.
- Nie stosuj miejscowo w okolicy stymulatora żadnych maści, żeli ani płynów.



Zalecenia ogólne

1. Przyzwyczajenie się do stymulatora serca potrwa kilka tygodni.
2. Przez 1-2 tygodnie pacjent możesz odczuwać ból w miejscu wszczępienia urządzenia.
3. W przypadku wystąpienia dolegliwości bólowych zażyj leki przeciwbólowe dostępne bez recepty, np. Paracetamol czy ibuprofen.
4. Przez kilka pierwszych dni nie poruszaj zbyt energicznie barkiem po stronie nacięcia, aby nie wydłużać procesu gojenia.
5. Przez okres 3 miesięcy:
 - Unikaj podnoszenia ciężkich przedmiotów.
 - Nie wykonuj szerokich ruchów ramionami, gdyż mogłyby to powodować niepożądane naprężenie elektrod.
 - Unikaj bezpośredniego nacisku na stymulator (nie leż na brzuchu, nie uciskaj stymulatora, nie próbuj przy nim manipulować przez skórę).
 - Unikaj uprawiania sportów, które mogą spowodować wstrząśnienie lub upadki (np. Jazda na nartach, gra w piłkę nożną, wyczynowa jazda na rowerze).
 - Nie noś ciężkiego plecaka, a torbę noś na drugim (niż rozrusznik) ramieniu.
 - Unikaj energicznych ruchów przemieszczających obojczyk, np. koszenie trawy, grabienie, podrzucanie widłami słomy, rąbanie drzewa.
 - Nie korzystaj z sauny.
 - Jeśli musisz się poddać jakimkolwiek zabiegowi medycznemu, powiadom lekarza, dentystę, pielęgniarkę, technika, że masz wszczępiony sztuczny stymulator serca.
 - Zabiegi i badania **bezpieczne** dla pacjenta: stomatologiczne, tomografia komputerowa (TK), RTG, mammografia.
 - Zabiegi i badania **niezalecane**: diatermia, rezonans magnetyczny (MRI).
 - Przestrzegaj planu **wizyt kontrolnych**, podczas których lekarz sprawdza parametry funkcjonowania stymulatora oraz stan baterii.

Życie codzienne ze stymulatorem

Stosując się do zaleceń, pacjenci powracają do swoich rutynowych, codziennych zajęć wkrótce po zabiegu. Mogą wykonywać prace w ogrodzie i w domu, a także jeździć samochodem, możliwe jest także kąpanie się, pływanie. Po konsultacji z lekarzem, w większości przypadków pacjenci mogą wykonywać swój zawód, zająć się swoim hobby, jak również bezproblemowo podjąć ponownie aktywność sportową i seksualną. Lekarz może jednak poprosić o unikanie niektórych aktywności, na przykład uprawiania sportów kontaktowych.

Podróże, zarówno samolotem, statkiem, pociągiem czy samochodem nie stanowią problemu dla pacjentów ze stymulatorem serca. Dla bezpieczeństwa należy zawsze zapinać pas bezpieczeństwa – stymulator serca nie zostanie wskutek tego uszkodzony.

Dla pacjentów z chorobami serca ważna jest również odpowiednia dieta. Podstawowe zasady diety sercowej to:

- Zrezygnuj z białego pieczywa na rzecz produktów zbożowych pełnoziarnistych – włącz do diety pieczywo razowe, makarony pełnoziarniste, płatki zbożowe.
- Pamiętaj o codziennym spożywaniu warzyw i owoców.
- Zmniejsz spożycie tłuszczów w diecie. Nie rezygnuj jednak z nich całkowicie, wyeliminuj tłuszcze zawarte w mięsie, tłustych serach oraz ciastach i pieczywie cukierniczym. Wybieraj raczej tłuszcze roślinne – nie zapominaj o dodatku oleju czy oliwy do surówek.
- Spożywaj niskotłuszczowe produkty nabiałowe (jednak unikaj produktów 0% i 0,5%), wybieraj chude mięsa, zrezygnuj z tradycyjnego smażenia z dużą zawartością tłuszczu.
- Zmniejsz spożycie soli mieszanek przypraw z solą, zrezygnuj ze słonych przekąsek, żółtych serów i produktów instant (np. zupy lub sosy w proszku).
- Pamiętaj o uzupełnianiu potasu – dobrym jego źródłem są pomidory, orzechy oraz warzywa, także strączkowe.
- Pamiętaj o uzupełnieniu magnezu, dlatego włącz do diety gorzkie kakao, orzechy oraz płatki zbożowe.
- Zrezygnuj z soków i słodkich gazowanych napojów. Pij wodę mineralną oraz herbaty – zarówno zieloną, jak i czarną.

Zalecane środki ostrożności

Pole elektromagnetyczne wytwarzane przez urządzenie elektryczne oraz przesyłające sygnał bezprzewodowo mogą tymczasowo zakłócić pracę stymulatora serca. Z tego względu zaleca się używanie wyłącznie urządzeń w dobrym stanie technicznym, a także utrzymywanie minimalnej odległości między określonymi urządzeniami a stymulatorem:

Odległość 15 cm – minimalne ryzyko

Elektryczne urządzenia kuchenne – ręczne (elektryczny mikser lub nóż)

Elektroniczne ogrodzenie dla zwierząt domowych – od obroży, pilota i przewodu antenowego

Golarka elektryczna – przewodowa

Ładowarka elektrycznej szczoteczki do zębów

Rower stacjonarny – od magnesu w kole

Suszarzka do włosów – ręczna

Ręczne urządzenie do masażu pleców

Maszyna do szycia oraz overlock

Mały magnes

Głośniki

Maszynka do tatuażu

Odkurzacz – od silnika

Piła tarczowa – ręczna

Wiertarki – akumulatorowe i elektryczne

Elektryczna piła łańcuchowa

Szlifierka (ręczna) Przyniarzka do żywoplotu – elektryczna

Kosiarka – elektryczna

Dmuchała do liści – elektryczna

Router

Wkrętarka – akumulatorowa

Lutownica transformatorowa

Kosa – elektryczna

Radioodbiorniki amatorskie, krótkofalówki,

urządzenia morskiej łączności

radiowej, walkie-talkie

Telefony komórkowe

Tablety elektroniczne

Domowe elektroniczne urządzenia

beprzewodowe – od anteny

System zdalnego otwierania – klucz

zblizeniowy (np. Smart Key)

Beprzewodowe urządzenia komunikacyjne

Odległość 30 cm

Samochód/motocykl – od elementów układu zapłonowego

Ogrodzenie elektroniczne

Skrzynka transformatorowa (skrzynka prądowa na podwórzu)

Benzynowe układy zapłonowe – od elementów układu zapłonowego

Narzędzia spalinowe – od elementów układu zapłonowego (kosiarka, dmuchała do śniegu,

kosa mechaniczna, piła łańcuchowa

Odległość 60 cm

Urządzenia mocowane do stołu oraz wolnostojące – z silnikami o mocy 400 KM lub mniejszej (sprężarka powietrza, wiertarka, szlifierka, myjka ciśnieniowa, piła stołowa)

Kable rozruchowe

Urządzenia spawalnicze (w przypadku użycia prądu o natężeniu poniżej 160 A)

Wykrywacz metali – od głowicy

Kuchenka indukcyjna

NIEZALECANE!

Elektroniczne mierniki ilości tkanki tłuszczowej

Magnetyczne podkładki pod materac i poduszki

Urządzenia spawalnicze (w przypadku użycia prądu o natężeniu powyżej 160 A)

Stymulator mięśni



Szpital Żywiec został stworzony z myślą o pacjentach. Naszym głównym celem jest ułatwienie im dostępu do opieki zdrowotnej w jak największym stopniu. W naszej placówce znajdują się wysokospecjalistyczne poradnie, oddziały szpitalne, laboratorium diagnostyczne, diagnostyka obrazowa oraz gabinety rehabilitacyjne.

W leczeniu pacjentów skupiamy się głównie na holistycznym podejściu do tematu zdrowia, czyli tego, co w życiu najważniejsze. Z troski o nich bierzemy udział w różnego rodzaju programach, takich jak projekt KOS-zawał. Dodatkowo, chcąc umilić czas spędzany w Szpitalu, otworzyliśmy dla Państwa bistro, w którym serwujemy pyszne posiłki na ciepło i na zimno. To Wy jesteście dla nas najważniejsi.

tel. **33 44 01 400**



ul. Pola Lisickich 80
34-300 Żywiec

www.szpitalzywiec.pl