



ZALECENIA PIEŁĘGNACYJNE DLA PACJENTA PO ZABIEGU ABLACJI PO WYPISIE DO DOMU

INFORMATOR DLA PACJENTA

Co znajdziesz w tej ulotce

Poniższe zalecenia pomogą w bezpieczny i skuteczny sposób porócić do zdrowia po zabiegu ablacji. Regularna kontrola u lekarza oraz przestrzeganie zdrowego stylu życia będą kluczowe w dalszym utrzymaniu zdrowia serca i zapobieganiu nawrotom arytmii.

Na czym polega ablacja arytmii

Ablacja serca jest procedurą terapeutyczną stosowaną w celu leczenia nieprawidłowych rytmów serca oraz innych zaburzeń elektrofizjologicznych. Głównym celem jest usunięcie lub zniszczenie obszarów serca, które są odpowiedzialne za powstawanie i utrzymanie nieprawidłowych impulsów elektrycznych.

Podczas zabiegu ablacji lekarz celowo uszkadza tkanki mięśnia sercowego lub okolic, które następnie tworzą drobne blizny. Bliznowe uszkodzenie serca zatrzymuje niefizjologiczne przewodzenie impulsów indukujących arytmie, co jest głównym celem zabiegu.

Zalecenia po zabiegu

Odpoczynek i aktywność fizyczna

Odpoczynek:

- Unikaj forsownych aktywności przez pierwsze kilka dni po zabiegu.
- Odpoczywaj przez 24–48 godzin po zabiegu.

Stopniowy powrót do aktywności:

- Możesz wznowić codzienne czynności po kilku dniach, zgodnie z zaleceniami lekarza.
- Stopniowo zwiększaj poziom aktywności fizycznej.
- Unikaj dźwigania ciężkich przedmiotów przez co najmniej tydzień.

Pielęgnacja miejsca wkłucia

Obserwacja miejsca wkłucia:

- Codziennie sprawdzaj miejsce wkłucia pod kątem oznak infekcji (zaczerwienienie, obrzęk, wydzielina, ból).

Higiena:

- Utrzymuj miejsce wkłucia w czystości i suchości.
- Unikaj moczenia miejsca wkłucia przez kilka dni (np. w kąpieli), dopóki rana się nie zagoi.
- Możesz wziąć prysznic po 24 godzinach, ale unikaj bezpośredniego nacisku wody na miejsce wkłucia.

Nawodnienie i dieta

- Pij dużo wody, aby pomóc organizmowi w procesie regeneracji.
- Spożywaj lekkostrawne posiłki przez pierwsze 24–48 godzin.
- Unikaj ciężkostrawnych, tłustych i pikantnych potraw przez kilka dni.

Leki

- Stosuj się do zaleceń lekarza dotyczących przyjmowania przepisanych leków, takich jak leki przeciwbólowe, antykoagulanty czy leki przeciwpłytkowe.
- Unikaj niesteroidowych leków przeciwzapalnych (NSAID): nie przyjmuj takich leków jak ibuprofen, chyba że zaleci to lekarz.

Obserwacja niepokojących objawów

Objawy wymagające natychmiastowej konsultacji lekarskiej:

- Silny ból w klatce piersiowej.
- Dusznność.
- Zawroty głowy lub omdlenia.
- Znaczne krwawienie lub obrzęk w miejscu wkłucia.
- Gorączka lub dreszcze, mogące wskazywać na infekcję.
- Kołatanie serca, nieregularne bicie serca lub nowe objawy arytmii.

Kontrola i wizyty u lekarza

- Zgłaszaj się na wszystkie zalecane wizyty kontrolne.
- Przekaż lekarzowi wszelkie niepokojące objawy lub zmiany w stanie zdrowia.
- Regularne EKG lub monitorowanie Holtera, jeśli zaleci to lekarz.

Zdrowy styl życia

- Zwracaj uwagę na zdrową dietę, bogatą w warzywa, owoce, pełnoziarniste produkty i niskotłuszczowe białka.
- Unikaj palenia tytoniu i ogranicz spożycie alkoholu.
- Utrzymuj zdrową masę ciała i dbaj o regularną aktywność fizyczną po okresie rekonwalescencji.

Wsparcie emocjonalne

- Skorzystaj z wsparcia rodziny, przyjaciół lub profesjonalistów, aby poradzić sobie z ewentualnym stresem lub lękiem po zabiegu.

tel. **33 44 01 400**



ul. Pola Lisickich 80
34-300 Żywiec

www.szpitalzywiec.pl