

## SFATURI DUPĂ OPERAȚIA DE BYPASS INFRAINGHINAL

Doamnă, Domnule,

Ați suferit recent o operație de bypass la nivelul piciorului. Inciziile dumneavoastră pot fi dureroase timp de câteva zile. Ar trebui să puteți merge pe o distanță mai mare acum fără a mai fi nevoie să vă odihniți. Recuperarea completă de la intervenția chirurgicală poate dura între 6 și 8 săptămâni.

Chirurgul dvs. a închis inciziile cu suturi. Acestea vor fi îndepărtate la 10 până la 14 zile după operație. Este posibil să aveți suturi care se dizolvă singure, caz în care nu mai trebuie să reveniți pentru a fi scoase.

Este posibil să vă simțiți mai obosit decât de obicei timp de câteva săptămâni după intervenția chirurgicală. Cel mai probabil, veți putea reveni la locul de muncă sau la activitățile obișnuite în 1-2 săptămâni.

### Ce trebuie să faceți după externare:

- **Mergeți pe distanțe scurte de 3 până la 4 ori pe zi.** În fiecare zi mergeți puțin mai mult decât ați făcut-o în ziua precedentă. Plimbarea stimulează fluxul sanguin și contribuie la prevenirea pneumoniei și a constipației;
- **Când urcați scările, pășiți cu piciorul neoperat prima dată.** Când coborâți, pășiți cu piciorul operat prima dată. Odihniți-vă după ce ați urcat un etaj;
- Când stați întins în pat, țineți piciorul ridicat deasupra nivelului inimii pentru a preveni umflarea acestuia, punând una sau două perne sub gambă;
- **Evitați efortul fizic intens,** cum ar fi mersul cu bicicleta, alergatul, ridicatul greutăților sau exercițiile aerobice **în prima lună după operație;**

- Timp de două săptămâni, **evitați să ridicați** ceva care să vă facă să vă încordați, de exemplu un copil mic, pungi de alimente grele, un rucsac greu etc.
- Probabil că va trebui să vă luați una până la două săptămâni de **concediu medical**. Depinde de tipul de muncă pe care o faceți și de modul în care vă simțiți;
- Puteți să faceți duș la 3 zile după operație. Nu udați pansamentele și nu utilizați direct jetul dușului pe piciorul operat. **NU AVEȚI VOIE SĂ SCUFUNDAȚI PICIORUL OPERAT ÎN CADA DE BAIIE SAU ÎN PISCINĂ ÎNAINTE CA SUTURILE SĂ FIE ÎNDEPĂRTATE;**
- Anunțați chirurgia dacă apar semne de infecție în jurul inciziilor, cum ar fi roșeață, durere, umflare sau secreții galben-verzui.

**VĂ ESTE INTERZIS SĂ CONDUCEȚI AUTOVEHICULE ÎN PRIMELE DOUĂ SĂPTĂMÂNI DUPĂ OPERAȚIE!**

**APELAȚI NUMĂRUL DE TELEFON PENTRU URGENȚE 112 DACĂ:**

- piciorul operat își schimbă culoarea, devenind palid-albăstrui, rece și dureros;
- v-a apărut brusc o umflătură la nivelul operației, care sângerează;
- vă apar simptomele accidentului vascular cerebral: amorțeală, furnicături, slăbiciune sau pierderea mișcării la nivelul feței, brațului sau piciorului, **în special pe o singură parte a corpului**, tulburări de vedere, de vorbire, de echilibru sau confuzie;
- vă apar simptomele infarctului miocardic: durere sau presiune în piept, asociată cu transpirații, dificultăți de respirație, greață, amețeli sau dureri în gât, mandibulă, umeri, brațe.