

ООО «ЦРХ «СУРГИМЕД»
КБР, г. Нальчик, ул. Калмыкова д. 18.
surgimed07@mail.ru
8 (8662) 44-47-70, 8 (8662) 44-44-75



Памятка перед абдоминопластикой

Уважаемый пациент,

Вы планируете пластическую операцию в клинике «SURGIMED». Мы признательны Вам за выбор нашей клиники. Пожалуйста, внимательно ознакомьтесь с данной памяткой. В ней ответы на наиболее часто задаваемые вопросы для того, чтобы облегчить период подготовки к операции и обеспечить Вам максимально комфортное и спокойное понимание восстановительного периода.

Когда определитесь с датой операции, Вам необходимо «согласовать» ее с Вашим менструальным циклом. Операцию можно выполнять с 7 по 19 день менструального цикла. Если выполнить операцию за неделю или первую неделю месячных выше риск осложнений, выраженности отеков, синяков, кровопотери.

За 2 недели до операции необходимо отменить все препараты, препятствующие свертыванию крови, включая: **«Аспирин» (ацетилсалициловая кислота), «Кардиомагнил»** (после консультации с кардиологом), **Нестероидные противовоспалительные средства («Ибупрофен», «Напроксен», «Терафлю», «Кетопрофен», «Кетеролак», «Диклофенак», «Нимесулид» и др.)**.

За 2 недели до операции необходимо пройти клиничко-лабораторные обследования, назначенные хирургом в клинике «SURGIMED», либо прислать результаты по электронной почте или WhatsApp. Допуск к операции осуществляется анестезиологом и хирургом клиники. При наличии отклонений в анализах Вам будет предложено их пересдать, либо пройти дополнительные обследования, либо пропить лекарственные препараты, для того чтобы операция состоялась в назначенный день.

Лететь на операцию (если Вы из другого города) необходимо в компрессионных чулках 1 степени (если иное не рекомендовано сосудистым хирургом), каждый час полета вставать и ходить по 15-20 минут.

Если Вы записались на операцию по переписке и доктор видел вас только по фото, то при очном осмотре накануне или в день операции объем операции

может быть изменен, т.к. фотографии очень часто не полностью отражают реальную картину.

На момент операции Вы должны быть максимально здоровы, без признаков простуды или обострения хронических заболеваний.

За 4-6 недель до операции необходимо придерживаться определенной диеты для снижения массы тела и подготовки кишечника. Эти простые правила помогут уменьшиться в объеме кишечнику (для того, чтобы можно было адекватно ушить диастаз и органы брюшной полости не ограничивали движения диафрагмы и легких – Вам будет легче дышать после операции) и увеличить подвижность кожи на животе (что позволит удалить больше растянутой кожи):

1. Питание должно быть частым 3-4 раза в день и небольшими порциями (200-300 мл.).
2. Раздельное питание: в один прием пищи либо белковые, либо углеводные продукты. Например мясо/рыба и салат или гарнир (гречка, киноа, бурый рис) и салат.
3. Исключить из рациона: сахар, мучные изделия, макароны, торты, мороженное, шоколад, картофель, колбасы, сосиски, бананы, виноград, сухофрукты, соленья, специи, маринады, горчица, кетчуп, хрен, имбирь, чеснок.
4. Не употреблять в пищу продукты, вызывающие газообразование: бобовые, виноград, пиво, перловую крупу, капусту, черный хлеб, молоко, яблоки, сладости и т.д.

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ПРОДУКТЫ

- Ржаной и пшеничный хлеб из муки грубого помола, белково-пшеничный и белково - отрубной хлеб – не больше 100 г в день. А лучше отказаться от хлеба совсем.
- Супы. До 300 г на прием. Из разных овощей с небольшим добавлением картофеля или крупы: щи, борщи, окрошка, свекольник.
- Мясо и птица. До 200 г в день. Говядина, телятина, кролик, курица, индейка, баранина, преимущественно отварные, тушеные, запечённые.
- Рыба и морепродукты. Отварная, запеченная, жареная. Нерыбные продукты моря.
- Творог 5 и 9%- ной жирности (100-200 г в день) – натуральный и в виде сырников, пудингов. Несолёные сорта сыра – ограничено. Запрещается сладкие сырки, сладкий йогурт, ряженка, топленое молоко, солёные сыры.
- Яйца. 1-2 штуки в день. Вкрутую, белковые омлеты. Омлеты с овощами.
- Крупы. Ограничено для добавления в овощные супы. Рассыпчатые каши из гречневой, ячневой круп, бурый рис, уменьшить/исключить потребление хлеба.
- Овощи. Употребляют во всех видах, большей частью сырыми. Желательны свежие огурцы, редис, салат, кабачки, тыква, томаты, репа. Ограничивают блюда из зеленого горошка, моркови, брюквы, а также солёные и маринованные овощи.

- Не употреблять сладкие, мучные блюда, сладости, сухофрукты. Можно фрукты и ягоды кисло-сладких сортов, сырые и вареные, но в первой половине дня.
- Напитки. Чай, черный кофе без сахара или с сахарозаменителем, не сладкие соки.
- Жиры. Сливочное масло (ограниченно) и растительные масла – в блюдах.

5. После 19 часов рекомендуется легкий салат, можно яйцо или рыбу.

6. Для очищения кишечника желательно принимать сорбенты – “Эубикор” (“Лактофильтрум”) по 1 пакету (таблетке) 3 раза в день после еды и препараты нормальной микрофлоры – “Санта-Русь”, (“Бифиформ”, “Аципол”) по 1 таблетке (капсуле) 3 раза в день.

ОГРАНИЧЬТЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ СОЛЕННЫХ, ОСТРЫХ И СЛАДКИХ ПРОДУКТОВ

Употребление избыточного количества очень соленых, острых и очень сладких продуктов приводит к задержке жидкости и увеличивает длительность послеоперационного отека. Ограничьте употребление таких продуктов в течение 4-6 недель после операции.

ОГРАНИЧЬТЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ

Алкоголь повышает кровоточивость на операции, способствует длительному сохранению отечности, нарушает образование клеток крови, при его употреблении появляются дефектные эритроциты и преждевременно разрушаются клетки крови.

ОПЕРАЦИЯ

Операция выполняется в операционной клиники «SURGIMED». В состав операционной бригады входят два сертифицированных хирурга (оператор и ассистент), операционная сестра, врач – анестезиолог, медсестра - анестезист и санитарка операционного блока. Указанные специалисты имеют все необходимые сертификаты.

Операция проводится в условиях общего обезболивания.

Важно понимать и предупредить об этом родственников, что не смотря на то, что операция начнется в 11.00 - 12.00 часов, расчетное время операции индивидуально в каждом конкретном случае и не может быть точно указано перед операцией.

После операции пациент(ка) некоторое время находится под наблюдением анестезиолога, затем переводится в палату под наблюдение лечащего врача, дежурного врача и дежурной медицинской сестры.

ПОСЛЕОПЕРАЦИОННЫЙ РЕЖИМ

При выполнении операций, особенно большого объема, вследствие потери крови во время и после нее в гематомы и дренажи, может возникнуть временное состояние, которое называется анемия: уменьшение количества эритроцитов и снижение содержания в них гемоглобина. Анемия сопровождается головокружением, шумом в ушах, слабостью, недомоганием, быстрой утомляемостью, бледностью, одышкой, нарушением сна и аппетита, потливостью, приводит к медленному восстановлению после операции, замедленному заживлению ран, более длительному сохранению отека синдрома. Обычно уровень гемоглобина и эритроцитов восстанавливается через месяц после операции, при условии, что в организме достаточно микроэлементов и витаминов.

При необходимости врач назначит Вам препараты железа, что ускорит восстановление.

В послеоперационном периоде необходимо неукоснительно выполнять все рекомендации лечащего врача, а также Вам необходимо обязательно консультироваться с врачом перед началом приема новых лекарственных препаратов.

В клинике справки по телефону о состоянии пациента не дают. Вы можете указать номер телефона для информирования доверенного лица в договоре на медицинские услуги и ему позвонит хирург или анестезиолог по окончании операции либо Вы сможете это сделать сами, когда придете в себя.

После операции Вы придете в себя легко и у Вас будет ощущение, что Вы только заснули в операционной и сразу проснулись. На Вас будет надето компрессионное белье, установлен мочевого катетер. У Вас могут быть установлены дренажи, наложены давящие повязки. Мочевой катетер может быть удален по Вашей просьбе, когда Вы сможете вставать, либо утром. После завтрака Вам будет выполнена перевязка и реабилитационные процедуры.

После операции необходимо находиться в клинике от 1 до 5 суток в зависимости от объема операции и Вашего состояния, по согласованию с Врачом.

Дренажи будут установлены на 2 - 5 дней и более, пока они стоят на перевязки необходимо приходить ежедневно. В случае нарушения данных рекомендаций клиника ответственности за эстетический результат не несет.

Нерассасывающиеся швы снимаются на 10 - 14 сутки, конкретная дата будет указана в выписном эпикризе. Полностью принимать душ Вы сможете только на следующие сутки после снятия швов.

При выписке из клиники Вам будет Выдан выписной эпикриз и индивидуальные рекомендации на весь период реабилитации (до 3 месяцев после операции), которые необходимо строго выполнить в послеоперационном периоде.

После операции остаются рубцы, длина, конфигурация и расположение которых оговаривается с лечащим врачом в индивидуальном порядке до операции. Созревание рубцов проходит закономерно, по определенным стадиям. Вначале рубец имеет ярко-розовую окраску и плотную консистенцию, затем постепенно происходит его созревание, по завершении которого рубец становится тонким, мягким и белым. Созревание рубца процесс длительный и может занять до 24 (двадцати четырех) месяцев в зависимости от индивидуальных особенностей Вашего организма. **Рубцы в процессе созревания легко подвергаются пигментации, поэтому ни в коем случае в период «созревания» швов нельзя загорать.** Не помогут и средства защиты: во время загара активными становятся все пигментные клетки кожи и даже тщательно прикрытый рубец пигментируется, если кожа склонна к этому. Пигментированный рубец может снова побледнеть через 1 – 3 года, но может и остаться тёмным еще на более долгое время. Поэтому нельзя загорать и посещать солярий весь период, пока рубец(цы) красные.

Спустя 6 недель после операции, по назначению Врача, для ускорения созревания рубцов может потребоваться ежедневно нанесение на швы силиконсодержащих препаратов «Дерматикс» или «Келокот» или силиконовый лейкопластырь и т.д. в течение 4 – 6 месяцев, до полного побледнения рубцов.

При ЛЮБЫХ возникающих вопросах необходимо связываться с лечащим врачом.