



СВЯЖИТЕСЬ СО СВОИМ ЛЕЧАЩИМ ВРАЧОМ ЕСЛИ:

- 1) повысилась температура тела до 38*С и выше;
- 2) резко усилилась боль, которая не проходит после приема обезболивающих лекарств;
- 3) появилось покраснение или припухлость вокруг послеоперационной раны;
- 4) появились выделения из послеоперационной раны, которые имеют неприятный запах, густую консистенцию или желтый цвет (похожий на гной).

ВОССТАНОВЛЕНИЕ ПОСЛЕ ДЕКОМПРЕССИВНО- СТАБИЛИЗИРУЮЩЕГО ВМЕШАТЕЛЬСТВА НА ПОЗВОНОЧНИКЕ

памятка пациента

Что мне важно знать?

Вам проведена операция на поясничном отделе позвоночника. В настоящее время устранена основная причина, вызывающая боль в позвоночнике и ногах. Однако, необходимо помнить, что на этом лечение не заканчивается. От Вас во многом зависит окончательный успех начатой терапии. Вы должны быть активным и дисциплинированным помощником вашего лечащего врача в борьбе за Ваше здоровье.

Существует ранний и поздний послеоперационный период. Задачи, стоящие перед врачом и пациентом в каждом из этих периодов, зависят от вида проведенного оперативного лечения.

Что меня ждет в первые дни после операции?

Вы будете находиться в травматолого-ортопедическом отделении 7-10 дней после операции (**ранний послеоперационный период**).

За это время вам будет проведена терапия, направленная на уменьшение боли в позвоночнике и нижних конечностях, уменьшение воспаления, отека мягких тканей в зоне оперативного воздействия.

Вы должны выполнять рекомендации, которые подробно описаны на центральном развороте памятки.

Место для заметок и вопросов:

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Время после операции	Что можно делать?	Что НЕЛЬЗЯ делать?
День операции	✓ Лежать в кровати на спине, животе, боку; ✓ Поворачиваться в кровати; ✓ При усилении боли в спине или ногах, необходимости физиологических отпавлений вызывать дежурную медсестру.	✗ Вставать; ✗ Сидеть; ✗ Трогать, нарушать целостность дренажной системы; ✗ Трогать, срывать наклейки на послеоперационной ране.
1-е сутки после операции	✓ Вставать из положения лежа после разрешения врача под контролем инструктора ЛФК; ✓ Ходить по палате не более 15 минут с 45-60 минутным отдыхом в положении лежа (нагрузку начинать с 5 минут с постепенным добавлением времени); ✓ Ходить самостоятельно в туалет.	✗ Вставать до разрешения врача; ✗ Выходить из палаты; ✗ Принимать душ, мыть голову.
2-е сутки после операции	✓ Ходить по отделению до 20 минут с 45-60 минутным отдыхом в положении лежа; ✓ Заниматься лечебной гимнастикой в палате.	✗ Ходить более 20 минут; ✗ Принимать душ, мыть голову.
3-и сутки после операции	✓ Ходить по отделению до 30 минут с 45-60 минутным отдыхом в положении лежа; ✓ Заниматься лечебной гимнастикой в палате.	✗ Ходить более 30 минут; ✗ Принимать душ, мыть голову.
4-6 сутки	✓ Ходить по отделению 30 – 60 минут с 45-60 минутным отдыхом в положении лежа; ✓ Заниматься лечебной гимнастикой в спортивном зале; ✓ Спускаться и подниматься по лестнице на 1 пролет.	✗ Ходить более 1 часа; ✗ Принимать душ, мыть голову.
7-10 сутки	✓ Выписка на амбулаторное лечение или перевод в отделение реабилитации (транспортировка в положении лежа).	✗ Ездить на личном или общественном транспорте в положении сидя.

Когда я смогу вернуться к обычным делам?

В период после выписки и до выхода на работу (*поздний послеоперационный период*) Вам необходимо соблюдать следующие рекомендации:

- Принимать душ (без корсета) можно через 12-14 дней после операции, но место операции тереть мочалкой можно через 2-3 недели после операции.
- Водить машину можно через 1 месяц.
- Ориентировочно через 2 месяца после операции Вам можно приступить к работе (если нет возражений со стороны лечащего врача).

Когда я смогу поднимать тяжести?

Во время первого месяца после выхода на работу Вам нельзя заниматься тяжелым физическим трудом (поднимать тяжести (более 10 кг), копать землю и др.).

Буду ли я чувствовать боль, когда вернусь домой?

В послеоперационном периоде возможны болевые ощущения и дискомфорт в пояснице и нижних конечностях в течение первого месяца.

Прием обезболивающих лекарств позволит ускорить восстановление.

Для обезболивания можно применять:

Лорноксикам (Ксефокам) таблетки 8 мг x 2 раз в сутки + Омепразол (Омез) таблетки 20 мг на ночь.

Прием обезболивающих лекарств может вызвать у Вас легкую сонливость, тошноту, запоры. Старайтесь есть больше фруктов и клетчатки, чтобы снизить вероятность запоров.

При появлении сильной боли в спине необходимо: обратиться к врачу (вызвать врача на дом) или позвонить по телефонам

Как мне ухаживать за послеоперационной раной?

Если рана зажила и швы были сняты еще в стационаре – дополнительного ухода не требуется.

Если швы до выписки не были сняты, перевязка должна проводиться у врача в поликлиники.

Явка в поликлинику к врачу-травматологу для перевязки:

Ориентировочная дата снятия швов: