



INFORMÁCIE PRE PACIENTA

PRÍPRAVA NA VÝMENU KOLENNÉHO ALEBO BEDROVÉHO KÍLBU

Výmena kolenného alebo bedrového kĺbu je vážnym zásahom do života. Tento zákrok je vykonávaný na kĺboch, ktoré sú najviac zaťažené a náchylné na opotrebenie.

Stav pacienta po operačnom zákroku sa však môže výrazne zlepšiť, ak dodržíte odporúčané pokyny zdravotníkov, ktoré spočívajú v dôslednej predoperačnej príprave a pooperačnej rehabilitácii.



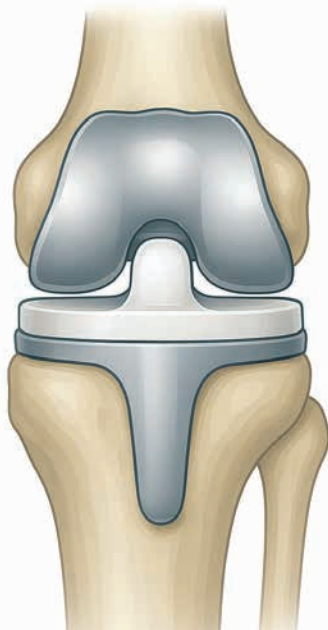
PODSTATA OPERAČNÉHO VÝKONU TOTÁLNEJ ENDOPROTÉZY (TEP)

Náhrada kĺbu umelým implantátom sa nazýva totálna endoprotéza (TEP). V súčasnosti je k dispozícii viacero druhov implantátov. Ich výber je podmienený rozsahom zmien v oblasti kĺbu, kvalitou kostného tkaniva, do ktorého majú byť implantáty osadené, ale aj predpokladanou záťažou a nárokmi na implantát zo strany pacienta.

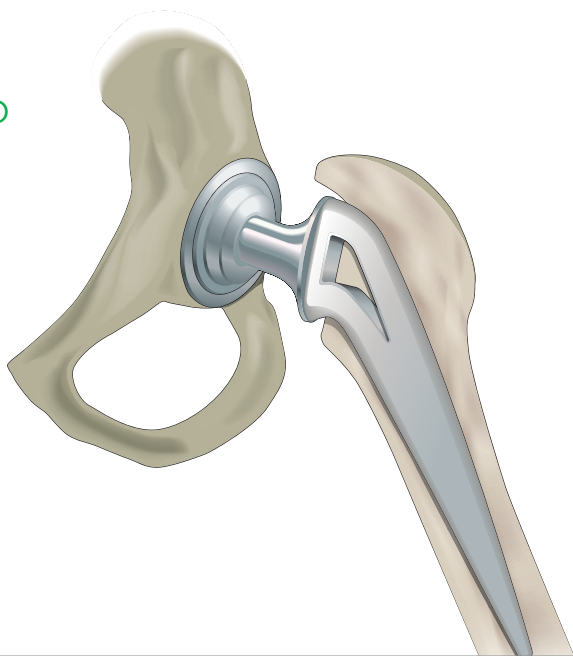
PRE KOHO SÚ TOTÁLNE ENDOPROTÉZY VHODNÉ?

Pre pacientov s vyšším stupňom artrózy, s degeneratívnym poškodením kĺbov (bedier alebo kolien), ktorí často nemajú inú možnosť, ako sa zbaviť intenzívnej bolesti. Po vyčerpaní možností konzervatívnej liečby je pri pretrvávajúcej bolesti, porúch hybnosti a ostatných ťažkostí adekvátnym riešením implementácia totálnej endoprotézy kĺbu. Každý pacient si musí uvedomiť, že umelý kĺb má obmedzenú životnosť. Pri šetrnom zaobchádzaní vydrží približne 15 rokov. Preto by si mal pacient uvedomiť, že ide len o náhradu, nie o nový a zdravý kĺb, a tak by mal k nemu aj pristupovať.

IMPLANTÁT
KOLENNÉHO
KÍLBU



IMPLANTÁT
BEDROVÉHO
KÍLBU





PREDOPERAČNÁ PRÍPRAVA

Dôkladná predoperačná príprava pred totálnou endoprotézou bedrového/kolenného kĺbu je dôležitá a vykonáva sa z dôvodu zabránenia komplikáciám, ktoré môžu nastať v priebehu operačného výkonu. Je to obdobie od indikácie operačného zákroku až po samotný operačný výkon.

VŠEOBECNÁ DLHODOBÁ PREDOPERAČNÁ PRÍPRAVA PACIENTA:

- » **Zníženie alebo optimalizácia hmotnosti.** Dôležitým zásadným faktorom je aj optimálna hmotnosť pacienta. Obezita pooperačne protézu každým krokom zaťažuje a môže viesť k predčasnemu opotrebovaniu. Najdôležitejšia vec, ktorú môžete urobiť, aby vám kĺb dlho vydržal, je udržiavať si normálnu hmotnosť. Hmotnosť je významným prvkom, ktorý ovplyvňuje životnosť zdravého kĺbu.
- » **Posilňovanie a uvoľňovanie svalstva** dolných končatín. Do operácie pravidelne cvičte, zvýšenie telesnej kondície má priaznivý vplyv na následnú rekonvalescenciu.
- » **Nacvičovanie chôdze** s barlami. Chôdza s barlami si vyžaduje určité zručnosti v koordinácii pohybov. Tréningom doma si zvyknete na správnu techniku, čo vám pomôže, aby ste po operácii mohli bezpečnejšie a efektívnejšie používať barly.

- » **Nácvik dýchania** (prevencia hypostatickej pneumónie). Nácvik hlbokého dýchania a dýchacích cvičení pomáha zlepšiť ventiláciu pľúc. Keď sa po operácii zlepši schopnosť správne dýchať, znižuje sa riziko, že sa v pľúcach usadí tekutina, čo by mohlo viesť k pneumónii, teda zápalu pľúc.
- » Dodržiavanie odporúčaní lekára ohľadne **užívaných liekov** (napr. tých, ktoré ovplyvňujú zrážanie krvi). Pripravte si zoznam liekov, ktoré pravidelne užívate, a prineste ich so sebou do nemocnice v originálnych baleniach (nie v dávkovači na lieky).
- » Absolvovanie **predoperačných vyšetrení** (ARO, ORL, Interné a vyšetrenia u ortopéda a špecifické vyšetrenia, ktoré potvrdia vylúčenie potenciálnych zdrojov infekcie /hrdlo, nos, zuby/). Je to súhrn vyšetrení a slúži na posúdenie zdravotného stavu a spôsobilosti na operačný výkon. Predoperačné vyšetrenie zaisťuje lekár – internista a anesteziológ na základe písomnej požiadavky lekára ortopéda. Dôsledne zrealizované predoperačné vyšetrenia u pacienta vedú k zabráneniu vzniku pooperačných komplikácií. Výsledkom predoperačných vyšetrení je interný a anesteziologický záver, či ste alebo nie ste schopný operačného výkonu.



ŠPECIÁLNA PREDOPERAČNÁ PRÍPRAVA PACIENTA

PREVENCIA TROMBOEMBOLICKEJ CHOROBY (TECH)

Aplikácia nízkomolekulárneho heparínu alebo prechod perorálnych antikoagulancií na nízkomolekulárny heparín znižuje zrážavosť krvi a tým predchádza tromboembolickej chorobe. Je vhodné zapojiť sa do procesu prevencie trombózy tým, že sa naučíte v spolupráci so sestrou samostatne aplikovať nízkomolekulárny heparín podkožnou cestou.

Dôležitou súčasťou prevencie TECH a liečby žilovej trombózy je naloženie bandáže alebo zdravotných kompresívnych pančúch. Kompresia urýchľuje krvný tok v žilách, aktivuje žilovo-svalovú pumpu, redukuje žilový reflux a tým spätný tok v žilovom úseku.

Kompresívna bandáž dolných končatín je použitá už pred operáciou a zostáva na neoperovanej končatine v priebehu operácie.

ZAISTENIE NÁHRAD KRVNÝCH STRÁT

Jednou z možností je autotransfúzia – postup, pri ktorom sa pacientovi vráti jeho vlastná krv odobratá pred operáciou. Autotransfúziu v súčinnosti s pacientom zvaží a odporučí ošetrojúci lekár. Krv sa odoberá cestou hematologicko-transfúziologického oddelenia v období od troch do jedného týždňa pred operáciou. Odber nie je možné uskutočniť u málokrvného pacienta.

PRÍPRAVA OSOBNÝCH VECÍ NA HOSPITALIZÁCIU

Na hospitalizáciu si zbaľte:

- » hygienické potreby, uterák, pohodlné oblečenie, pyžamo, barly, veci osobnej potreby ako knihu, časopis a telefón.
- » Vhodnú obuv, ktorá by mala byť pevná, rovná, bez podpätku, ľahko obúvateľná s protikĺzavou podrážkou a hlavne bezpečná. Zdravý človek si neuvedomuje, koľkokrát sa musí ohnúť, skôr než si oblečie nohavice a obuje topánky, takže sú lepšie topánky, ktoré si obujete pomocou dlhého obuváka.
- » Nápoje.

AKÚ DOKUMENTÁCIU JE POTREBNÉ SI VZIAŤ DO NEMOCNICE

- » Preukaz zdravotnej poisťovne a občiansky prekaz.
- » Predoperačné vyšetrenia (interný a anesteziologický záver, výsledky odberu krvi, RTG dokumentáciu), nálezy od ortopéda odovzdajte lekárovi pri prijatí do nemocnice.

LIEKY

Pri nástupe na hospitalizáciu si so sebou prineste vami užívané lieky. Je nutné mať lieky v **originálnom** balení a pri prijatí ich odovzdať ošetrovateľskému lekárovi.

Pred nástupom do nemocnice **po konzultácii s lekárom** vysaďte lieky ovplyvňujúce krvnú zrážavosť.

Vysadenie antikoncepčných tabliet a/alebo substitučnej hormonálnej terapie je potrebné konzultovať s lekárom.



POUŽÍVÁNIE KOMPENZAČNÝCH POMÔCOK PRI TEP

Kompenzačné pomôcky, ako je **nadstavec na WC**, **седаčka do vane**, **nemecké a francúzske barly**, si zaistíte cez predajne zdravotníckych potrieb na základe predpisu na zdravotnícku pomôcku, ktorý vám vystaví ortopéd alebo obvodný lekár.

SEDAČKA DO VANE



BEZPEČNOSTNÉ
DRŽADLÁ DO VANE



BEZPEČNOSTNÉ
DRŽADLÁ K WC



BEZPEČNOSTNÉ
DRŽADLÁ
DO KÚPEĽNE



DLHÝ OBUVÁK



FRANCÚZSKÉ
BARLY



NEMECKÉ
BARLY



NADSTAVEC
NA WC



STOLIČKA
DO SPRCHY



LIEČEBNÝ REŽIM PRI OPERÁCII TEP

PRÍCHOD NA HOSPITALIZÁCIU

Dôsledným dodržiavaním všetkých preventívnych opatrení a informovaním lekára o všetkých dôležitých informáciách, týkajúcich sa vášho zdravotného stavu, je možné predchádzať komplikáciám po operácii alebo minimalizovať riziko vzniku týchto komplikácií.

Pri prijíme sú dôležité informácie o prebiehajúcom alebo o nedávnom nachladení (nádcha, kašeľ, zvýšená teplota, bolesti v krku), o problémoch s močením (pálenie, rezanie, prímеси v moči – krv, hlien), o hnačkových stavoch prekonaných v nedávnej minulosti pred plánovanou operáciou. Informujte lekára, ak trpíte akoukoľvek alergiou.

DEŇ PRED OPERÁCIOU

- » Tekutiny je možné prijímať len do polnoci pred operačným zákrokom. Vhodnými tekutinami sú čaj, voda, neperlivé minerálky s nízkym obsahom minerálov. Nevhodné sú džúsy, voda s vysokým obsahom cukru, vysokým obsahom minerálov (napr. Fatra, Budiš).
- » Večer pred operáciou vám podľa potreby sestra aplikuje očistnú klyzmu (klystír), t. j. nálev čriev teplou vodou s cieľom dôkladného vyprázdnenia hrubého čreva, aby nedošlo k samovoľnému odchodu stolice počas operačného výkonu.



- » Zdravotnícky pracovník vám odstráni ochlpenie v širokom okolí operačného poľa.
- » Je nutné večerné dôkladné osprchovanie celého tela a vlasov.

DEŇ OPERÁCIE

- » Potrebná je celotelová toaleta – dôkladné osprchovanie celého tela dezinfekčným mydlom.
- » Prezlečiete sa do jednorazovej operačnej haleny.
- » Následne vám bude do žily zavedená kanyla (ihla z plastu) na podávanie liekov, podajú vám lieky podľa ordinácie lekára a naložia kompresívnu bandáž na neoperovanú dolnú končatinu.
- » Ráno v deň operácie vám zdravotnícky personál zavedie do močového mechúra cievku (podľa ordinácie lekára) kontinuálny odtok moču do zberného vrečka.
- » Odložíte si zubné náhrady, kompenzačné pomôcky a šperky (okuliare, načúvací aparát). Odporúčame vám, aby ste si do nemocnice nebrali žiadne cenné veci a šperky.
- » V deň operácie užívate len lieky odporúčané anesteziológom.

POOPERAČNÁ STAROSTLIVOSŤ

Po operačnom výkone budete anesteziológom odovzdaný personálu oddelenia, kde budete pod intenzívnym dohľadom sledovaný (24 až 48 hodín) podľa nariadenia lekára.

Pooperačná starostlivosť je zameraná na:

- | | |
|----------------------------------|------------------------------------|
| » liečbu bolesti, | » sledovanie prekrvenia, hybnosti, |
| » napojenie na monitor, kontrolu | citlivosti operovanej končatiny, |
| tlaku krvi, pulzu, dychu, | » úpravu správnej polohy |
| » sledovanie operačnej rany, | operovanej končatiny, |
| » sledovanie močenia, | » rehabilitáciu. |
| » sledovanie krvných strát, | |



Po operácii môžete cítiť bolesť a nepohodlie (neprijemné pocity zmierňujú pravidelne podávané lieky proti bolesti).

V ďalšej starostlivosti podstúpite kontinuálnu kontrolu:

EKG, tlaku krvi, pulzu, dychu, sýtenia krvi kyslíkom, sledovanie krvných strát do drénov, sledovanie hybnosti, citlivosti operovanej dolnej končatiny, sledovanie močenia, zaistenie správnej polohy na chrbte, polohovanie dolnej končatiny, sledovanie hodnôt krvného obrazu a minerálov, rehabilitáciu na lôžku a cieľenú rehabilitáciu v nasledujúcom období.

Plne k dispozícii je vám zdravotnícky personál, ktorý vám odpovie na vaše otázky týkajúce sa životného štýlu s umelým kĺbom.

AUTORSKÝ TÍM:

Martina Šimková

PhDr. Daniela Bandžáková

SPOLUAUTORKY:

Mgr. Mária Lenártová, MPH

Mgr. Dagmara Uhrínová

Edukčná brožúra je platná pre spoločnosť Penta Hospitals SK, a. s., Digital Park II, Einsteinova 25, Bratislava 851 01, IČO 35 960 884, a pre každú spoločnosť patriacu do siete nemocníc a polikliník Penta Hospitals, ktorá prevádzkuje zdravotnícke zariadenie.