

Planowana u Państwa operacja dużej przepukliny brzusznej należy do zabiegów operacyjnych wymagających szczególnego przygotowania Pacjenta przed operacją. Przygotowanie takie jest niezbędne celem minimalizowania czynników ryzyka wystąpienia powikłań okołoperacyjnych.

Po kwalifikacji przez lekarza chirurga i anesteziologa oraz ustaleniu wstępnego terminu zabiegu operacyjnego w naszym oddziale zalecamy:

1. Zwiększony **wysiłek fizyczny** przez 6 tygodni przed operacją: regularna, codzienna aktywność fizyczna np. spacer (min. 7 tys. kroków), jazda na rowerze zwykłym lub stacjonarnym, pływanie, ćwiczenia z oporem (np. z ciężarkami lub gumą), inne. Operacja jest jak wspinaczka na Rysy – czy dałbyś radę dzisiaj wstać i wejść na tę górę?
2. Jeśli masz **nadwagę / otyłość**: konieczna jest skuteczna redukcja masy ciała; zalecamy opiekę dietetyka, w niektórych przypadkach konsultację bariatryczną
3. **Ćwiczenia oddechowe**: dmuchanie balonów, dmuchanie przez rurkę zanurzoną w 1,5 litrowej butelce, dmuchanie w aparaty do ćwiczeń oddechowych (dostępne w sklepach medycznych)
4. Dla palaczy: **Całkowite odstawienie palenia tytoniu** min. 6 tygodni przed operacją. Ryzyko powikłań u palaczy jest zbyt wysokie i nie możemy operować chorych, którzy czynnie palą papierosy.
5. Zęby: **Wyleczenie ognisk zakażenia w jamie ustnej** – konieczna wizyta u stomatologa i zaświadczenie o sanacji jamy ustnej oraz wyleczenie innych zakażeń w obrębie skóry – owrzodzenia, rany itd.
6. Alkohol: **Całkowite odstawienie alkoholu** na 2 tygodnie przed operacją
7. Unikanie przeziębienia / urazów przed operacją (np. unikanie przebywania z małymi dziećmi, osobami przeziębionymi, z infekcją)
8. **Dieta ubogoresztkowa** przez 5 dni przed operacją, łagodne środki przeczyszczające (np. Laktuloza)
9. **Preparaty bogatobiałkowe, immunomodulujące** np. Impact Oral, Nutridrink Protein – smak dowolny, 2x1 op. przez 5 dni przed operacją
10. DO SZPITALA prosimy zabrać **pas brzuszny przepuklinowy** (szeroki, 30-40 cm), zapinany na rzepy, dobrze dopasowany (ma dobrze przylegać a nie ścisnąć brzuch); nowy – do kupienia w sklepach medycznych
11. Jeśli masz cukrzycę / nadciśnienie: dokładnie kontroluj poziomy cukru i/lub ciśnienie tętnicze, szczególnie na 4 tygodnie przed operacją

Prosimy o restrykcyjne zastosowanie się do w/w zaleceń. Zależy nam na dobrym wyniku Państwa operacji i braku powikłań. Mamy nadzieję, że Państwu tym bardziej

