

Egzeyat Lopital ak Rekiperasyon Apre Lopital

POu ka ale lakay ou lè:

- Medikaman nan bouch ka kontwole doulè ou
- Ou tolere aktivite tankou chita sou yon chèz ak mache
- Fonksyonman entesten an retounen
- Ou tolere rejim alimantè ou byen

Yon fwa ou kite lopital la, swiv enstriksyon ki annapre yo pou w kontinye rekiperasyon ou:

Kontinye ogmante aktivite ou; pou w fè sa al fè yon ti mache tou kout plizyè fwa pa jou. Eseye pa rete nan kabann pandan pifò nan jounen an, swa mache osinon chita sou yon chèz.

Konsantre sou nitrisyon pandan w ap swiv rejim alimantè chirijyen ou rekòmande a. Manje ti repa pandan tout jounen an olye w manje twa gwo repa.

Retounen nan yon randevou pou swivi.

Verifye machaswiv egzeyat ou yo pou w konnen kilè ou dwe pran randevou pou swivi a.

Pran medikaman nan bouch pou doulè w jan yo preskri ou yo pou favorize repo ak kontinye geri.

Kenbe yon atitud pozitif pou ede rekiperasyon an.

Kilè pou w Rele Doktè w

Rele doktè w si w gen nenpòt kesyon konsènan rekiperasyon ou, epitou si w santi nenpòt nan sentòm annapre la yo:

- Doulè nan pwatrin
- Ogmantasyon doulè oswa vant balonnen
- Kè plen oswa vomisman ki dire plis pase katrèdtan
- Woujè oswa blesi ou an ap koule
- Tranbleman oswa frison
- Souf kout
- Tanperati ki plis pase 100.4 degre Fahrenheit

Si w swiv wout rekiperasyon ki dekri la a, ou kapab ede garanti yon rekiperasyon pi rapid, pase mwens tan nan lopital epi ou gen mwens posiblite konplikasyon apre operasyon ou an. Tanpri pale ak ekip chirijikal ou a si w gen nenpòt kesyon konsènan Wout Rekiperasyon Amelyore a – epi n ap di w mèsi dèske w fè AdventHealth konfyans pran swen ou.



AdventHealth

AdventHealth.com

AdventHealth complies with applicable federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability or sex.

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al número siguiente 407-303-3025.

ATANSYON: Si w pale Kreyòl Ayisyen, gen sèvis èd pou lang ki disponib gratis pou ou. Rele nimewo ki anba an 407-303-3025.

Wout rekiperasyon amelyore

Pou pasyan operasyon yo



AdventHealth

Kisa yon Wout Rekiperasyon Amelyore ye?

Yon Wout Rekiperasyon Amelyore gen ladan kat etap: preparasyon pou operasyon ou, etap jou operasyon an, rekiperasyon nan lopital la epi gerizon apre ou kite lopital la.

An jeneral, pasyan ki patisipe nan pwogram Wout Rekiperasyon Amelyore a nan fason aktif kite lopital la pi bonè, yo refè pi vit epi yo gen mwens efè segondè akòz operasyon an. Avèk pwogram sa a, ekip ou a ap kolabore avèk ou pou garanti:

- Repo kòm sadwa grasa maksimòm kontwòl doulè
- Manje ak bwè nan yon ti tan apre operasyon an pou yon bon nitrisyon
- Kite kabann nan yon ti tan apre operasyon an pou ogmante aktivite

Anvan Operasyon Ou An

Tanpri swiv direktiv sa yo pou prepare w pou operasyon an:

- Sispann manje nouriti solid apre minwi anvan operasyon an. Kontinye bwè likid klè jiska dezèdtan anvan operasyon an. Lè w gen ase likid nan sistèm ou, sa pral fè fonksyon entesten ou retounen nan nòmal pi rapid.
 - Likid klè ki otorize yo gen ladan: Kafè nwa (san lèt ni krèm)
 - Te klè (san lèt)
 - Ji fwi san ma fwi a
 - Bwason espòtif yo
 - Dlo

- Fè aranjman pou yon zanmi oswa yon manm fanmi jwe wòl “antrenè pou rekiperasyon” ou. Pifò nan pasyan yo amelyore si yo konekte avèk fanmi ak zanmi ki kapab pase tan avèk yo epi ankouraje yo fè aktivite, manje bon nitrisyon ak pran repo.
- Nan zòn ou ye avan operasyon an (oswa nan zòn rekiperasyon w ap ye apre operasyon an), enfimye(è) a ap aprann ou fason pou w sèvi ak yon espiwomèt ensitasyon. Asire w fè antrènman avèk li jiskaske yo mennen ou nan sal operasyon an epi ou itilize li apre operasyon an jan yo endike a.

Apre operasyon Ou An

Objektif Wout Rekiperasyon Amelyore apre operasyon an se pou kò w retounen nan fonksyon nòmal li byen vit pase sa posib. Gen kèk direktiv jeneral pou ou dwe swiv. Yo gendwa ajiste plan ou an pou reponn a bezwen ou yo. Swiv direktiv sa yo pou w reprann ou pi vit:

Manje ak Bwè

Yo pral ofri w likid nan yon ti tan apre operasyon an. Si w kòmanse bwè likid yo touswit, sa ap ede ou reprann ou pi vit.

Tan Ou Pa Nan Kabann

Mache ankouraje fonksyon entesten ou retounen nan nòmal, pandan aktivite anjeneral ap akselere rekiperasyon epi diminye konplikasyon yo. Aktivite kouran yo se chita sou yon chèz, kanpe oswa mache, oswa yon melanj bagay sa yo. Chak jou apre operasyon an, atann pou w pase plis tan kote ou pa sou kabann. Sèten pasyan ka gen yon tib nan blad pipi yo, ki rele yon katetè (Foley) irinè. Y ap retire katetè a byen vit apre operasyon an jan sa posib, selon kalite operasyon ou te fè a.

Kontwòl Doulè

Kontwòl doulè a enpòtan. Pasyan ki patisipe nan yon Wout Rekiperasyon Amelyore gen mwens

doulè. Asire w fè ekip ou an konnen si doulè a anpeche ou fè aktivite, manje, repoze oswa itilize spiwomèt ensitasyon ou.

Objektif kontwòl doulè w la se kenbe malèz ou an nan yon nivo ou ka sipòte pou w kapab patisipe nan aktivite rekiperasyon yo. Li enpòtan pou w fè ekip ou a konnen ki kantite doulè w santi. Sa ede ekip la ajiste medikaman ou. Ekip ou a pral mande pou w evalue doulè a.

PREMYE KAT JOU YO APRE OPERASYON AN

	Jou 1 (Jou Operasyon an)	Jou 2	Jou 3	Jou 4
DOULÈ	Evalue doulè w epi enfòm ekip ou a.	Yo itilize grenn pou doulè yo pou kontwole doulè. Si medikaman sa yo pa kontwole doulè w a, fè enfimye(è) w konnen.	Ou pral kontinye pran medikaman nan bouch pou doulè. Yo ka ba ou yon grenn nakotik tou pou doulè.	W ap kontinye pran grenn pou doulè jan sa nesèsè.
TAN OU PA NAN KABANN	Si yo te fè operasyon ou an anvan 2 pm, atann pou w kite kabann omwen de fwa. Yon bon jan pou kòmanse se mache pou w ale nan twalèt oswa leve al sou yon chèz. Si yo te fè operasyon ou an apre 2 pm, atann pou w kite kabann omwen yon fwa.	Objektif la se pou ou kite kabann pou w mache twa fwa nan koulwa a, ansanm ak chita sou yon chèz pou w manje. Aktivite amelyore sante kò w, tèt ou, ak lespri ou.	Objektif ou se kite kabann ou ant twa a senk fwa jodi a. Toude opsyon sa yo ladan, chita sou yon chèz pou ou manje ak patisipe nan yon aktivite tankou mache nan koulwa a.	Objektif ou se kite kabann senk fwa omwen. Sa gen ladan chita sou yon chèz pou w manje ak fè yon aktivite tankou mache nan koulwa a.
MANJE AK BWÈ	Bwè likid yo ba w yo. Yo ofri anpil pasyan rejim likid konplè kèk èdtan apre operasyon yo. Likid konplè yo gen ladan: soup tankou yon krèm ki pase nan paswa, te, ji, Jell-O, milkshake, pouding, krèm nan bwa	Ekip swen ou an ap detèmine ki kalite rejim alimantè ou dwe swiv. Manje ak bwè ti kantite tou dousman.	Ou ka kòmanse manje ti kantite manje solid souvan. Yo p ap ba ou anyen ki fri oswa pike. Gen limit pou fwi ak legim fre yo.	Ou ka toujou manje nouriti solid.

Medikaman

Sèten medikaman pou doulè, pa egzanp nakotik yo (ki fè w dòmi), ralanti fonksyonman ògàn kò ou. Pandan operasyon an ak annapre, yo sèvi sitou avèk medikaman ki pa nakotik pou kontwole doulè w, tankou acetaminophen (Tylenol) oswa ketorolac (Toradol). Medikaman ki pa nakotik yo ede ògàn ou retounen nan fonksyon nòmal yo byen vit. Genyen lòt metòd tou pou kontwole doulè. Ekip swen sante w la ap eksplike w metòd sa yo.