

U slučaju vrućice (preko 38 °C), crvenila, oticanja, upala ili osipa na području izvršene operacije, obratite se odmah svom ljekaru/ki ili posjetite našu ambulantu.

Nadamo se da smo ovom informacijom odgovorili na Vaša moguća pitanja te Vam želimo brz oporavak!

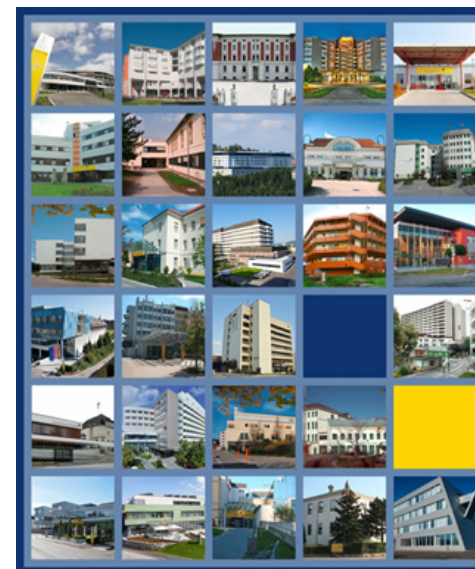
Vaš hirurški tim

Impresum:
Izdavač: NÖ Landesgesundheitsagentur
Verzija 05/2015
Chir. Brust OP

www.lknoe.at

Hirurgija

Informacije o otpustu iz bolnice



Savjeti za oporavak poslije operacije dojke

**LANDES
GESUNDHEITS
AGENTUR**

Gesund und gepflegt. Ein Leben lang.

Savjeti za oporavak poslije operacije dojke ■

Poštovana pacijentice!

Dodatno uz naš razgovor o otpustu iz bolnice i ljeakarski nalaz želimo Vam ponuditi još nekoliko informacija koje će Vam poslužiti poslije boravka na našem odjeljenju.

Kako biste i Vi najbolje utjecali na proces oporavka, pridržavajte se sljedećeg:

Izbjegavajte fizička naprezanja (zavisno od sljedeće terapijske strategije) najmanje 1-3 sedmice

Nošenje sportskog grudnjaka 1-3 sedmice

Savjeti za oporavak poslije operacije dojke ■

Sljedeće informacije namijenjene su isključivo pacijenticama kojima su uklonjeni limfni čvorovi u području pazuha. Ove mjere opreza se ne primjenjuju, ako je izvršena operacija samo jedne dojke.

Dolje navedenim mjerama **izbjegava se stvaranje limfedema ruke**. Kako biste i Vi najbolje utjecali na proces oporavka, pridržavajte se sljedećeg:

Da bi se spriječio limfedem ruke, vrijedi sve izbjegavati što može pridonijeti povećanoj produkciji limfi ili što može dovesti do ometanja protoka. Opštenito je ovdje potrebno ukazati na pojačanu cirkulaciju krvi ruke koja se može primijetiti i kod jakog naprezanja i vrućina. Čak i zdrave osobe primjećuju na vrućinama da im ruke i noge naglo otiču!

Savjeti za oporavak poslije operacije dojke ■

- Zbog toga izbjegavajte prekomjerno naprezanje ruke na strani gdje je izvršena operacija.
- Od 2. do 3. dana poslije operacije trebate započeti aktivne vježbe, kako biste spriječili ograničenu pokretljivost ramenog zgloba. Važno je da naučene vježbe izvodite i kod kuće po više puta.
- Ne izlagajte se visokim temperaturama. Dugotrajno sunčanje, provođenje dugo vremena u sauni ili kupke u vrućoj vodi mogu podebljati ruku.
- Dajte prednost odjeći koja Vas ne steže oko pazuha i ramena. Inače postoji opasnost dodatnog ometanja protoka limfe.