

Savjeti za oporavak poslije kateterizacije srca

- **Šećerna bolest:**

- **Ciljne vrijednosti:**

- Šećer u krvi natašte < 110 mg/dl

- HbA1c < 7 %

- Redukovanje prekomjerne težine
 - mnogo kretnje za izdržljivost
 - terapija lijekovima
 - redovni pregledi kod ljekara/ke opšte prase

- **Prekomjerna težina:**

- **Ciljna vrijednost:** Indeks tjelesne mase 20 -25 "Gladovanje" je štetno!

- Konzekventna izmjena ishrane uz "mediteransku kuhinju": više voća, povrća, ribe, biljne masti umjesto životinjskih manje kalorija, manje masti, više kretanja!

- **Pušenje:** svakako se odvići

- Kod apstinencijske krize postoji nikotinska nadomjesna terapija, psihološka pomoć

- **Manjak kretanja:** 3x sedmično najmanje 45 min. trening za izdržljivost (Puls trening poslije ergometrije)

- "Hodajte uz stepenice umjesto da koristite lift!"

Savjeti za oporavak poslije kateterizacije srca

VAŽNO:

Savjeti za oporavak poslije kateterizacije srca

Ulaz preko prepone:

1 sedmicu izbjegavajte duga kupanja u kadi, dizanje tereta, saune

Ulaz preko ruke:

zbjegavajte opterećenje ruke više od 48 sati

Kod jakih ili pojačanih bolova na mjestu uboda, krvarenja ili otečenosti, molimo Vas da se javite na pregled kod ljekara/ke, odnosno u obližnju bolnicu.

Kod akutnih i obilnih srčanih tegoba trajanja od preko 15 minuta i bez poboljšanja tokom mirovanja (eventuelno Nitro-sprej), odmah se obratite ljekaru/ki hitne službe!

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

Vaš ljekarski tim

Impresum:

Izdavač NÖ Landesgesundheitsagentur

Verzija 05/2015

Herzkatheteruntersuchung

www.lknoe.at

Interna medicina

Informacije o otpustu iz bolnice



Savjeti za oporavak poslije kateterizacije srca

**LANDES
GESUNDHEITS
AGENTUR**

Gesund und gepflegt. Ein Leben lang.

Savjeti za oporavak poslije kateterizacije srca

Poštovana pacijentice!

Poštovani pacijente!

Upravo ste se podvrgnuli pregledu kateterizacije srca. U slučaju abnormalnih promjena, Vaš ljekar/ka će o tome detaljno s Vama porazgovarati tokom pregleda.

Ako se osim toga vršila terapija (balonska dilatacija, stent, itd.), dodatno ćete da dobijete i slike prije i poslije terapije ili CD sa cjelokupnom terapijom.

Kako biste i Vi najbolje utjecali na proces zacjeljivanja, pridržavajte se sljedećeg: Sužavanje koronarnih arterija često su vezane uz promjene drugih sudova. Stoga govorimo o generalizovanom oboljenju, koje se mora liječiti mnoštvom određenih mjera.

Savjeti za oporavak poslije kateterizacije srca

Zato je Vaša lična suradnja neophodna! Promjene rizičnih faktora mogu znatno promijeniti proces arterioskleroze, tj. vidljivo smanjiti ili uopšte zaustaviti. Čak je i moguće da prelaskom na zdraviji životni stil i vrstu življenja potpuno **zaustavite već postojeća suženja sudova.**

VAŽNO:

I poslije uspješnog liječenja sa balonskom dilatacijom, odn. stentom Vaš doprinos je veoma bitan!

- ⇒ Precizno **uzimanje lijekova**,
 - ⇒ odgovarajuća **ishrana** i
 - ⇒ zdrav **životni stil**
- su za tekući proces veoma važni.

1. TERAPIJA LIJEKOVIMA

- Držite se individualnog plana terapije, koju Vam je propisao Vaš zaduženi ljekar/ka.

Savjeti za oporavak poslije kateterizacije srca

- Ako se vršila balonska dilatacija (stentom ili bez), potrebno je da za definisano vrijeme uzimate lijekove koji sprječavaju gomilanje trombocita (Aspirin®, Plavix®, Brilique® oder Efiect®). Inače može da dođe do začepljenja stenta popraćenim akutnim srčanim infarktom!

2. LIJEČENJE RIZIČNIH FAKTORA

- **Povišen krvni pritisak:**

Najviša granica:

sistolni ispod 140 mmHg

dijastolni ispod 90 mmHg

Smanjenje količine soli i alkohola, smanjenje tjelesne težine i sport smanjuju i stabilizuju krvni pritisak

Smanjenje krvnog pritiska putem lijekova kod vrijednosti preko 140/90 mmHg

- **Povećanje masnoće u krvi:**

Ciljne vrijednosti:

LDL-kolesterol <100mg/dl

Poslije infarkta ili stenta: < 70 mg/dl