

## Savjeti za oporavak poslije kateterizacije srca

- **Šećerna bolest:**

- Ciljne vrijednosti:**

- Šećer u krvi natašte < 110 mg/dl

- HbA1c < 7 %

- Redukovanje prekomjerne težine
  - mnogo kretanje 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**

#### **Uzalost preko prepone:**

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

#### **Uzalost 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

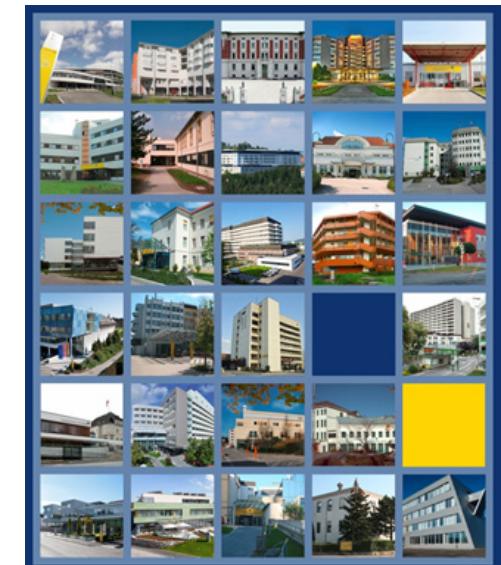
#### **Impresum:**

Izdavač NÖ Landesgesundheitsagentur  
Verzija 05/2015  
Herzkatheteruntersuchung

[www.lknoe.at](http://www.lknoe.at)

# Interna medicina

## Informacije o otpustu iz bolnice



## Savjeti za oporavak poslije kateterizacije srca

## 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 cijekupnom terapijom.

Kako biste i Vi najbolje utjecali na proces začijeljivanja, 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 promjeniti 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 Efient®). 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