

SZPITAL – co Cię czeka przed operacją

Prawdopodobna – bo zależna od ośrodka, w którym się leczysz – lista procedur, z którymi się zmierzysz przed operacją. Oczywiście, może się okazać, że Twój szpital będzie stosował nieco inne procedury 😊

KROK PO KROKU

- W dniu przyjęcia zgłosisz się na izbę przyjęć około godziny 7 rano.
- Powinnaś być na czczo.
- Na izbie przyjęć podasz swoje dane oraz **SKIEROWANIE DO SZPITALA**. Wyjaśnią Ci tam, co powinnaś zrobić ze swoimi rzeczami (czasem szpital dysponuje szatnią na ubrania wierzchnie oraz na złożenie depozytu – warto z niego skorzystać niż trzymać wartościowe przedmioty na sali).
- W szatni przebierzesz się w swoją szpitalną garderobę (pidżama lub dres) i wskażą Ci drogę na oddział. (Może nawet ktoś Cię odprowadzi? 😊)
- Na oddziale przeprowadzą wszystkie **podstawowe badania**: krew, mocz i wskażą Ci Twoje łóżko. Zdarza się, że wszystko to razem zajmie wiele godzin, uzbrój się w cierpliwość.
- To będzie dobry moment aby zjeść **śniadanie/lunch**, które ze sobą przyniosłaś, a pewnie już zdążyłaś zgłodnieć.
- Lekarz prowadzący zaprosi Cię na badanie.
- Jeśli jest już ustalone na czym będzie polegała Twoja operacja, lekarz prowadzący przeprowadzi z Tobą rozmowę, podczas której wyjaśni Ci na czym będzie polegała operacja, oraz przedstawi dokumenty do podpisania. Będą to formularze zgody na różne opcje zabiegu (np. w przypadku komplikacji) i informacje na temat ryzyka związanego z operacją.
- Ta część może Cię poważnie zaniepokoić, ponieważ czasem jest to pierwszy moment, kiedy zdajesz sobie sprawę z powagi sytuacji (tak się czasem dzieje, np. jeśli jesteś typem „zadaniowca” i dotychczas byłaś nieustannie skoncentrowana na realizowaniu kolejnych wyzwań związanych z procesem diagnozy i „ogarniania codzienności”, bez stop-klatki na refleksję). To normalna reakcja i dotyka wielu osób. Odetchnij głęboko, i pamiętaj, że właściwie każda umowa jaką podpisujesz zawiera mnóstwo „straszaków” i aneksów drobnym druczkiem, co nie oznacza, że wszystkie te czarne scenariusze zostaną zrealizowane. Jest to standardowe zabezpieczenie szpitala, podobnie jak lista możliwych skutków ubocznych wymieniona na ulotce leków.
- To jest też dobry moment, aby zadać lekarzowi wszystkie pytania i rozwiązać wątpliwości. Dobrze jakbyś miała je spisane na kartce już wcześniej. Jeśli jednak z powodu emocji nie zadasz ich od razu, spisz je sobie później i podejdź do dyżurki lekarzy po zakończeniu porannych obchodów i przyjęć.
- Jeśli naprawdę się przestraszyłaś, albo czujesz, że emocje biorą górę, poproś o wsparcie psychologa obecnego na oddziale. Nawet krótka rozmowa z profesjonalistą, pomoże Ci odzyskać równowagę.
- Nie krępuj się też poprosić o łagodne środki uspokajające/usypiające na noc, jeśli obawiasz się, że emocje nie pozwolą Ci zasnąć. Twoje ciało potrzebuje jak najwięcej troski i wypoczynku przed operacją.
- Jeśli nie zostało wcześniej ustalone jakiego rodzaju zabieg zostanie przeprowadzony, prawdopodobnie czeka Cię więcej badań oraz spotkanie z lekarzami na oddziale w formie mini-konsylium. Wspólnie będą rozważać opcje leczenia. Wówczas pobyt w szpitalu może się przedłużyć.
- Prawdopodobnie zostanie powtórzone badanie EKG (poproszą Cię do odrębnego gabinetu lub przyjdzie do Ciebie lekarz z odpowiednią aparaturą) albo inne badania obrazowe.

- Jeśli wizyta taka nie miała miejsca wcześniej, odwiedzi Cię także anestezjolog, przedstawi warunki znieczulenia. Być może będziesz mogła podjąć decyzję dotyczącą rodzaju znieczulenia. Weź pod uwagę, że (pomijając wszelkie medyczne aspekty, z którymi powinien zapoznać Cię lekarz), zachowanie przytomności umysłu przez pacjentkę podczas trwania operacji (tak się dzieje przy znieczuleniu zewnątrzoponowym), bywa nieprzyjemnym doświadczeniem. Przy tym rodzaju znieczulenia może nastąpić też częściowa i tymczasowa utrata czucia w nogach – nie przestrasz się, jeśli zapomną Cię uprzedzić.
- W wielu szpitalach, jest też zwyczaj, że jeszcze przed zabiegiem odwiedzi Cię fizjoterapeuta, którzy pokaże Ci kilka bardzo prostych ćwiczeń, które możesz (a nawet: powinnaś) wykonywać już po operacji. To głównie ruchy stopami całymimi nogami w pozycji leżącej, których celem jest pobudzenie krążenia.
- **MIESIĄCZKA** -> może się zdarzyć, że termin miesiączki jest zbieżny z terminem operacji. Dla większości lekarzy nie ma to znaczenia, a przynajmniej tak deklarują. Nikt zresztą o to nie pyta podczas przyjęcia do szpitala. Zawsze jednak lepiej upewnić się u swojego chirurga operatora, co na ten temat sądzi, i czy z tego powodu będzie chciał odroczyć zabieg. W każdym razie: nie martw się tym a decyzje zostaw lekarzowi. Zresztą jest prawdopodobne, że z powodu stresu, planowana miesiączka i tak się opóźni, i finalnie wcale nie będzie Twoim problemem.
- Jeśli operacja została wyznaczona na dzień następny, otrzymasz informację, aby rozpocząć dietę, prawdopodobnie od pory obiadu. Być może dostaniesz jeszcze zupę, ale będzie to ostatni posiłek. Do wieczora możesz pić.
- Prawdopodobnie otrzymasz środki przeczyszczające, aby opróżnić jelita.
- Jeśli nie zrobiłaś tego dotąd, zostaniesz poproszona o ogolenie miejsc intymnych lub zrobi to pielęgniarka (warto zrobić to z wyprzedzeniem, jeszcze w komfortowych warunkach domowych).
- Popołudnie i wieczór szpitalu to raczej cisza i spokój. Zadbaj o siebie i swój komfort. Jeśli masz wokół siebie życzliwe i pogodne towarzystwo innych pań, skorzystaj z okazji, aby się rozluźnić i pożartować. Jeśli jednak będziesz miała pecha trafić na toksyczne pacjentki, zamęczające innych opowieściami o swoich, dolegliwościach i co gorsza: komplikacjach – nie daj się zdołować i wystraszyć. Możesz z czystym sumieniem założyć stopery albo słuchawki do uszu, wymawiając się zmęczeniem i nadmiarem emocji. Ulubiona muzyka, czy interesujący audiobook, będą lepsze od każdego „wampira energetycznego” w szpitalnej koszuli 😊
- Bardzo proszę ❤️ **WYCISZ TELEFON** na noc, a w ciągu dnia ustaw na wibracje – nic nie jest tak męczące, jak nieustający hałas telefoniczny w kilkuosobowej sali 😊
- W dniu operacji od rana nie wolno Ci już ani jeść ani pić. Wyjątek stanowią leki, które przyjmujesz na stałe. Ustal ich przyjmowanie z anestezjologiem. Jeśli nie ma przeciwwskazań, popij je możliwie najmniejszym łykiem wody.
- Przed zabiegiem złączą się przygotowania: poproszą Cię o zdjęcie całej biżuterii, przebranie się w (nad wyraz seksowną) jednorazową koszulę, pielęgniarki założą Ci pończochy uciskowe albo obwiążą nogi bandażami (to profilaktyka przeciwzakrzepowa). Otrzymasz czepek na włosy i zawiozą Cię na salę operacyjną.
- Prawdopodobnie zaproponują Ci także leki uspokajające, które pozwolą Ci się rozluźnić i ograniczą stres. Jeśli nie jest to standardowa procedura na Twoim oddziale, zawsze możesz poprosić lekarza o takie farmakologiczne wsparcie, jeśli odczuwasz taką potrzebę.

- Po drodze zatrzymacie się na sali przedoperacyjnej, przyjdzie do Ciebie pielęgniarka anestezjologiczna, porozmawia z Tobą, podłączy wenflon, po raz ostatni zbada różne parametry życiowe.
- Potem zabiorą Cię na salę operacyjną i gdzie zajmie się Tobą lekarz anestezjolog. Prawdopodobnie uśpi Cię zanim poznasz pozostałych lekarzy. Pozostałych przygotowań do operacji nie będziesz świadoma.
- Kiedy znów odzyskasz świadomość, będzie po wszystkim, a Ty będziesz na sali wybudzeń (bądź, jak w niektórych szpitalach: na sali OIOM/OIT) i zaczniesz **kolejny etap swojego zdrowienia** 😊

*opracowała: Agnieszka Ratajczak – Mucharska
we współpracy i w oparciu o doświadczenia Syrenek z grupy „Syrenki na Gigancie”*