

האיגוד הקרדיולוגי בישראל
ISRAEL HEART SOCIETY



ИНСТРУКЦИЯ

для лиц, прошедших процедуру
лечебной катетеризации сердца



Текст и редакция: Сара Бен Цви, R.N., M. Ed., Кардиологический центр в больнице "Шива"
Профессиональный консультант: доктор Орен Агранат - Кардиологический центр в больнице "Шива"
Профессиональный консультант: профессор Йеуда Адлер - Кафедра реабилитации сердечных больных при
Кардиологической ассоциации
Профессиональный консультант: профессор Ран Корновский - Кафедра инвазивной кардиологии при
Кардиологической ассоциации
Перевод: доктор Алексей Наймушин - Кардиологический центр в больнице "Шива"

Приведенные ниже рекомендации носят общий характер и не являются личной инструкцией для каждого выздоравливающего - процесс выздоровления весьма индивидуален, но интегральным показателем возвращения к нормальной жизни является уровень утомляемости.

Примечание: указания, приведенные в мужском роде, в одинаковой мере относятся как к мужчинам, так и к женщинам.

Физическая активность

Ходьбу можно начинать через 2-3 дня после выписки из больницы. Если Вы не занимались аэробными упражнениями в прошлом, можно начать с ходьбы по пятнадцать минут утром и вечером, а затем постепенно увеличивать продолжительность ходьбы. Желательно ходить минимум полчаса в день почти каждый день.



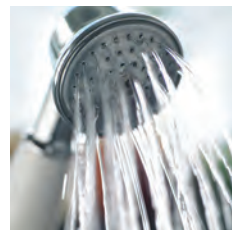
Отдых и сон

В течение нескольких дней до и после прохождения процедуры катетеризации следует уделить достаточно времени отдыху.



Купание

Не следует купаться в очень горячей воде - это приводит к расширению кровеносных сосудов и может вызвать снижение кровяного давления и слабость. Следует мыть место пункции без использования мочалки.



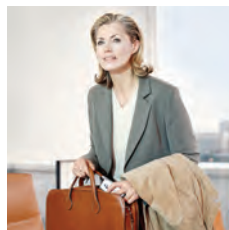
Физические нагрузки

В первую неделю после прохождения катетеризации следует избегать любых действий, которые требуют большой физической нагрузки. В последствии можно вернуться к обычной деятельности.



Возвращение к работе

Вы имеете право на отпуск по болезни в течение одной недели, если Вы работаете в офисе. Если Ваша работа связана с физической нагрузкой, Вам полагается до 2 недель отпуска.



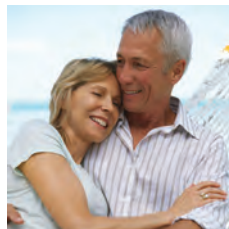
Управление автомобилем и путешествия

В течение первых двух дней после прохождения катетеризации не рекомендуется садиться за руль автомобиля, чтобы избежать кровотечения в месте пункции. Существуют также ограничения, касающиеся поездок за границу в течение полугода (следует выяснить этот вопрос у страхового агента).



Сексуальная активность

Можно вернуться к занятиям сексом по истечении трех дней после прохождения катетеризации или в соответствии с указаниями лечащего врача.



Питание

Употребляемая Вами пища влияет на здоровье Вашего сердца. Ежедневный рацион питания должен быть богат витаминами, минеральными элементами, клетчаткой и другими питательными веществами.

Для получения всего необходимого рекомендуется употреблять в пищу следующие продукты:

- Овощи, фрукты, изделия из цельных злаковых, бобовые культуры.
- Источники полезных жиров: оливковое масло, рапсовое масло, орехи, авокадо, тхина.
- Рыбу, содержащую жирные кислоты омега 3, следует употреблять не менее двух порций в неделю.
- Обезжиренные молочные продукты.
- Можно употреблять в пищу мясо индейки и куриное мясо в умеренных количествах и очень немного постного говяжьего мяса.

Важно помнить:

Следует избегать употребления в пищу продуктов, содержащих транс-жиры и гидрогенизированные растительные жиры.

Избегайте употребления напитков с добавлением сахара и вообще старайтесь есть поменьше сладкого. Сократите потребление соли.

Перед практическим применением этих рекомендаций следует обязательно проконсультироваться со специалистом (можно обратиться к врачу-диетологу в больничной кассе, где вы застрахованы).



Медикаментозное лечение

После прохождения процедуры катетеризации сердца Вам назначаются следующие препараты:

Аспирин:

Терапевтическое действие: предотвращает образование тромбов в крови.

Способ употребления: один раз в день перорально после еды.

Следует избегать приема лекарства перед сном.

Рекомендуется принимать препарат в течение всей жизни.



Клопидогрель (плавикс): в качестве последующего медикаментозного лечения.

Терапевтическое действие: препятствует образованию тромбов на поверхности стента и препятствует преждевременной его закупорке. Препарат назначается также больным, страдающим от острого коронарного синдрома, даже если стент не был установлен или не была выполнена лечебная катетеризация.

Способ употребления: перорально один раз в день после приема пищи. Следует стараться принимать препарат в течение периода, который был назначен вам лечащим врачом.

Важно помнить:

- Следует продолжать прием лекарства и не прекращать его без указания лечащего врача.
- Желательно сделать анализ крови через месяц после выписки из больницы в соответствии с указаниями лечащего врача.
- В любых случаях появления крови в моче, кровавого или черного кала, сыпи или изменения картины крови следует обратиться к лечащему врачу, в некоторых случаях может потребоваться проверка функции почек по истечении 7-10 дней после катетеризации, в соответствии с указаниями лечащего врача.
- Если Вы проходите процедуры, требующие инвазивного вмешательства (например, инвазивные обследования и проверки, лечение зубов и так далее), то нужно сообщить о том, что вы принимаете Клопидогрель.

♥ Придя на прием к лечащему врачу, обсудите с ним медикаментозное лечение дополнительных факторов риска сердечных заболеваний, таких как: гиперлипидемия и/или повышенное кровяное давление и/или сахарный диабет.

В случае, если Вы принимаете данные лекарства, продолжайте принимать их в соответствии с указаниями лечащего врача.

Первая помощь

При возникновении боли или давления, напоминающего симптомы, которые Вы ощущали перед поступлением в больницу, необходимо сесть или лечь на 5-10 минут. Если после этого боль не проходит, немедленно обращайтесь в центр скорой помощи "Маген Давид Адом" по телефону 101 или в частный центр помощи, к которому Вы относитесь.



Помните: рекомендуется прибыть в больницу не в личном автомобиле, а в карете скорой помощи, поскольку вождение автомобиля в этом состоянии может вызвать осложнения со здоровьем.

Симптомы, при которых необходимо связаться с отделением больницы:

Если после прохождения катетеризации Вы наблюдаете один или более из следующих симптомов:

- Большая или постепенно увеличивающаяся опухоль в паховой области и/или на запястье
- Продолжающиеся боли в месте пункции: в паховой области и/или на запястье
- Выделения из места пункции, повышенная температура после прохождения катетеризации.

Медицинское наблюдение

Через несколько недель после выписки из больницы очень важно пройти проверку у кардиолога. Можно проконсультироваться у семейного врача о том, как это сделать. При выписке из больницы Вы получите следующие документы: выписной эпикриз, отчет о выполненной катетеризации, результаты проверки ЭКО и ЭКГ. Снимите с них копии и вручите один экземпляр семейному врачу, второй оставьте у себя, а третий отдайте врачу-кардиологу во время посещения.

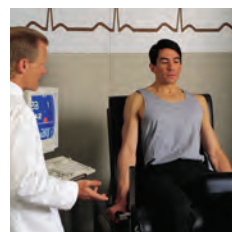


Сердечная реабилитация

Цель программы: помочь выздоравливающим после инфаркта вернуться к активной жизни - как и физической, так и душевной.

Факторы риска можно свести к минимуму путем ведения здорового образа жизни и параллельного приема лекарственных препаратов - это позволит повысить качество жизни на долгие годы. Программа реабилитации проводится в жизнь междисциплинарным коллективом специалистов и включена в корзину медицинского обслуживания услуг в качестве бесплатной услуги в течение трех месяцев. Обладатели дополнительного медицинского страхования могут продлить период реабилитации, с частичным самостоятельным участием в оплате.

Для получения более подробной информации о программе следует обратиться к персоналу кардиологического отделения и/или в вашу больничную кассу.



Встречи для получения инструкций и рекомендаций

Очень важно, чтобы медицинские работники и/или специалисты по уходу проинформировали Вас о полученном Вами лечении, факторах заболевания и возможностях профилактики.

Чтобы узнать, где и каким образом можно получить такую информацию, обращайтесь к медицинскому персоналу.

Душевное спокойствие в подарок

"Шахаль", ведущая в мире компания, предоставляющая услуги телемедицины, желает Вам скорейшего выздоровления и благополучного возвращения к повседневной жизни.

В этот период особенно важно поддерживать состояние спокойствия и душевного равновесия.

В рамках услуг, оказываемых больницей своим пациентам, мы хотим предоставить Вам бесплатный месячный абонемент на услуги компании "Шахаль". Услуги "Шахаль" включают в себя: кардио-бипер для передачи данных ЭКГ из любой точки мира, медицинский центр, круглосуточно следящий за биением Вашего сердца, а также Вашу историю болезни, которая будет сопровождать Вас в любой точке Израиля или мира.

Скорейшего Вам выздоровления, от всего сердца.

Для получения дополнительной информации и присоединения: *6626 или www.shahal.co.il

שחל
רפואת העתיד