

**Załącznik nr 19 do Procedury edukacji zdrowotnej pacjentów i ich rodzin/ opiekunów,  
edycja nr 3**

## **ZALECENIA DLA PACJENTÓW PO ZABIEGU KORONAROGRAFII I ANGIOPLASTYKI**

- Obserwuj miejsca nakłucia tętnicy udowej lub tętnicy promieniowej:  
- w razie zauważenia w miejscu nakłucia obrzęku, sączenia, krwawienia z rany (zabezpieczyć miejsce czystym opatrunkiem), zasinienia, pulsowania, bólu, drętwienia kończyny, trzeba natychmiast zgłosić się do lekarza.
- Przy zażywaniu leków hamujących krzepnięcie i leków przeciwplatekcyjnych unikaj urazów mechanicznych (zwiększona tendencja tworzenia się wybroczyn krwawych). W razie skaleczenia może wystąpić bardziej obfite i dłuższe krwawienie.
- Przy wizycie u stomatologa, przed zabiegami chirurgicznymi informuj o zażywanych lekach.
- W przypadku pojawienia się silnego bólu w klatce piersiowej pilnie skontaktuj się z lekarzem lub wezwij pogotowie.
- Regularnie zażywaj leki przepisane przez lekarza.
- Dbaj o regularną aktywność fizyczną w wymiarze co najmniej 150 minut w tygodniu ćwiczeń o umiarkowanej intensywności lub 75 minut ćwiczeń aerobowych o wysokiej intensywności. Należy przy tym dążyć do wydłużenia tego czasu dwukrotnie. Dla osób powyżej 65 roku życia zalecana aktywność powinna być wzbogacona o trening siłowy, poprawiający równowagę i koordynację.