

**Załącznik nr 29 do Procedury edukacji zdrowotnej pacjentów i ich rodzin/opiekunów,
edycja nr 3**

**Wskazówki dla pacjentów po zabiegu wszczepienia/wymiany stymulatora (rozzrusznika)
lub kardiowertera/defibrylatora**

ZALECENIA OGÓLNE

- Bezpośrednio po zabiegu unikaj podnoszenia wysoko ramienia po stronie operowanej. Przez kilka dni oszczędzaj stronę operowaną. Następnie stopniowo ćwicz według otrzymanych wskazówek,
- unikaj podnoszenia ciężarów powyżej 5 kg, rozkładaj ciężar na dwie ręce,
- unikaj gorących, długich kąpieli w wannie (zalecane mycie pod prysznicem),
- dbaj, aby rana pooperacyjna była czysta i sucha (osobny ręcznik, niedrażniący środek do mycia ciała, czysta i wyprasowana bielizna osobista),
- obserwuj okolice rany pooperacyjnej. Jeśli zauważysz niepokojące objawy ogólne np. podwyższona temperatura, zawrót głowy, ból w klatce piersiowej lub przedłużający się stan zmęczenia lub też objawy miejscowe: obrzęk, zaczerwienienie, ból miejsca operowanego lub wyciek z rany natychmiast skontaktuj się z lekarzem,
- nie dopuszczaj do bezpośredniego nacisku na stymulator (nie leż na brzuchu, nie uciskaj stymulatora, nie próbuj przy nim manipulować przez skórę), nie używaj gorsetów, ciasnych ubrań, czy też napiętych szelek. W przypadku kobiet nie naciągaj mocno ramiączek od biustonosza, nie zakładaj niczego co mogłoby uciskać miejsce wszczepienia stymulatora,
- unikaj uprawiania sportów, które mogą powodować silne urazy, wstrząśnienia lub upadki (np. wyczynowa jazda na nartach, gra w piłkę nożną, wyczynowa jazda na rowerze),
- zrezygnuj z polowań,
- jeśli musisz się poddać jakiegokolwiek zabiegowi medycznemu **PAMIĘTAJ** powiadom lekarza, dentystę, pielęgniarkę, technika, że masz wszczepiony stymulator serca,
- unikaj przebywania w zasięgu dużych pól elektromagnetycznych np. linia wysokiego napięcia,
- możliwe jest korzystanie z telefonu komórkowego po przeciwległej stronie niż wszczepione urządzenie, około 20 – 30 cm od wszczepionego stymulatora,
- nie należy kłaść telefonu komórkowego w pobliżu miejsca wszczepienia stymulatora np. bezpośrednio na klatce piersiowej,
- zabiegi i badania bezpieczne dla pacjenta (stomatologiczne, TK, RTG, MAMMOGRAFIA),
- zabiegi i badania niezalecane (DIATERMIA, MRI),
- noś zawsze przy sobie legitymację stymulatora oraz opaskę identyfikacyjną na ręce,
- zgłaszaj się systematycznie na kontrole w **PORADNI KONTROLI STYMULATORÓW** lub **KARDIOWERTERÓW – DEFIBRYLATORÓW**,
- szczegółowe informacje co do dalszego postępowania znajdują się w **PRZEWODNIKU DLA PACJENTA**, który otrzymasz przy wypisie.