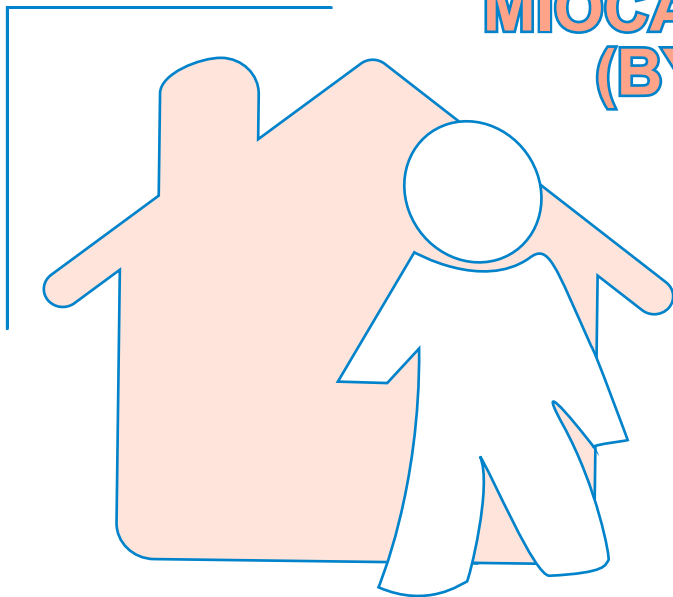


CURES
**POSTREVASCLARITZACIÓ
MIOCÀRDICA
(BYPASS)**



RECOMANACIONS D'INFERMERIA A L'ALTA

Unitat d'Hospitalització de Cirurgia Cardíaca i de Cardiologia

La cirurgia de revascularització coronària (bypass) té per objecte subministrar sang a les zones del cor que tenen una falta de reg sanguini mitjançant empelts venosos o arterials del mateix pacient. Normalment, s'efectua el bypass amb l'arteria mamària esquerra (pit) o amb la vena safena (cama).

S'accedeix al cor a través de l'os estèrnium situat a la zona mitjana del pit i l'empelt s'implanta com a pont en la lesió o en les lesions detectades. La intervenció quirúrgica es du a terme amb anestèsia general.

SIGNES I SÍMPTOMES PELS QUALS HEU D'ACUDIR

Al centre de salut:

- Febre superior a 38°C o calfreds.
- Dolor toràctic intens, dificultat per respirar o inestabilitat esternal.
- Desmaís o marejos (amb pèrdua del coneixement o sense).
- Edemes importants.

A Urgències

- Palpitacions intenses, ràpides i irregulars (més de 100 batecs per minut en repòs).
- Expectoració de sang o de mucositat purulenta en augment.
- Dolor a les ferides quirúrgiques que augmenta i que no es controla amb l'analgèsia pautaada.
- Supuració, sagnat o separació de les vores de les ferides quirúrgiques.

SEGUIU AQUESTES RECOMANACIONS



ACTIVITAT FÍSICA I RESPIRACIÓ

Després de la cirurgia, han de passar al voltant de 8 setmanes per a una recuperació completa.

- Us heu de mantenir actiu. El millor exercici que podeu fer és caminar, cada dia un poc més que el dia anterior. Durant la primera setmana, ho heu de fer sempre per un terreny pla i evitar pendents i escales.
- Heu d'aturar-vos de fer qualsevol activitat si us marejau o si teniu una sensació de fatiga, ofec o dolor.
- A casa, continuau fent els exercicis respiratoris amb l'inspiròmetre així com us han ensenyat a l'Hospital, us ajudaran a mantenir una bona ventilació pulmonar i a evitar possibles complicacions derivades de la intervenció.



NUTRICIÓ

- Seguiu una dieta equilibrada, baixa en greixos. Les menjades no han de ser copioses; però han de ser més freqüents, amb aliments rics en proteïnes, vitamines i minerals. Heu de beure 1 litre d'aigua diari (excepte en el cas d'una contraindicació mèdica).
- Reduïu o limitau el consum de la sal.
- Cuinau els aliments a la planxa, al forn, bullits o en papillota.



CURA DE LES FERIDES

- Efectuau la cura de les ferides quirúrgiques diàriament durant 7-10 dies.
- Duteu-vos diàriament amb un gel de pH neutre. També us heu de fer netes l'esternotomia (ferida en el pit) o la safenectomia (ferida en una extremitat inferior). No podeu utilitzar esponges per netejar les ferides.
- Esbandiu les ferides i eixugau-les bé amb gases. Aplicau-hi povidona iodada (fins a la cicatrització).
- Deixau que a les ferides els toqui l'aire. No és necessari tapar-les amb apòsits. Evitau l'exposició al sol.



SEGURETAT I PROTECCIÓ

- Cura de l'esternotomia:
 - Evitau les traccions fortes o els cops sobre la ferida.
 - Durant els dos primers mesos, no us gireu cap enrere sense mobilitzar el cos sencer; no aixequiu els braços de manera brusca ni cap pes superior de 2 a 3 kg.
 - Adoptau la postura axil·la-axil·la per atenuar el dolor associat a la tos i per protegir la ferida quirúrgica.
- Cura de les safenectomies: manteniu les cames elevades i no les creueu mentre estiguen assegut. El vostre metge us indicarà la necessitat d'usar mitges de compressió o no.
- No podeu conduir vehicles particulars durant 6 setmanes.

INFORMACIÓ COMPLEMENTÀRIA

En la vostra visita de seguiment, parlau amb el cirurgià sobre el retorn al treball, ja que el temps necessari per a la reincorporació depèn de la vostra evolució i del tipus de treball que realitzeu. Heu de fer el tractament prescrit que està detallat a l'informe mèdic.

Si estau en tractament amb anticoagulants orals, no us heu d'oblidar de prendre la dosi prescrita diàriament a la mateixa hora (horabaixa-vespre). Acudiu al vostre centre de salut per fer-vos els controls analítics indicats.

Assistiu a la visita de control postcirurgia a les consultes externes de Cirurgia Cardíaca o de Cardiologia el dia i l'hora que us indiquin.

Si voleu consultar informació complementària, ho podeu fer a:

- <http://sectcv.es/cirugia-y-corazon/>
- <https://fundaciondelcorazon.com/informacion-para-pacientes.html>
- <https://fundaciondelcorazon.com/nutricion/dieta.html>

RECOMANACIONS DE PROMOCIÓ DE LA SALUT

PACIENTS ADULTS

- Evitau el consum de tabac. Si necessitau ajuda, tant l'Hospital com el vostre centre de salut tenen programes de suport.
- Evitau el consum d'alcohol ja que pot interferir en la vostra recuperació i en l'efectivitat dels medicaments que preneu.
- Seguiu una alimentació cardiosaludable, rica en fruites i verdures i pobra en greixos animals, sal i sucres (excepte indicació mèdica).
- Elegiu l'exercici que s'adapti més a les vostres condicions físiques. Tret de si hi ha alguna contraindicació, els exercicis físics més recomanables són: caminar, nadar i anar en bicicleta.

