

**MEDICOM´S spol. s r.o.**

Zdravotnické zařízení

M. Majerové 2, Prostějov

Tel: 582 302 970

Mobil: 736 675 801

E-mail: medicomsprostejov@gmail.com

**MEDIHOPE spol. s r.o.**

Zdravotnické zařízení

M. Majerové 2, Prostějov

Tel.: 582 302 970

Mobil: 736 675 801

E-mail: medihope@medihope.cz

## **POUČENÍ PO ARTROSKOPII KOLENE A RAMENE**

### **Prosíme, přečtěte si bedlivě tyto informace**

1. Končetinu nechte nataženou (nekrčit, nevyvracet, můžete nohu podložit od kyčle až po patu do zvýšené polohy).
2. Koleno ledujte přes obvaz (zmražené gelové sáčky, mražené sáčky se zeleninou).
3. **Obvaz z kolene nesundávejte.** V případě **silného prokrvácení obvazů – viz. bod 10.** Pokud obvaz škrtí, obvaz povolte (nedotýkejte se sterilních čtverců pod obvazem).
4. Kompresní punčochu mějte na dolní končetině 2-3 dny.
5. Dodržujte klidový režim (pracovní neschopnost).
6. Končetinu procvičujte (přitahovat špičku ke koleni), ev. další cviky, ale pouze ty, které vám doporučí lékař.
7. V den operace jezte lehkou a nedráždivou stravu.
8. Užívání léků:
  - a) **Kapky Tramabene** (či jiný lék indikovaný lékařem) pouze při bolestech maximálně 4x denně 40 kapek – dle příbalového letáku.
  - b) **Injekce Zibor (ev. Fraxiparin)** aplikujte 1 injekci za 24 hodin od operace. Injekci si aplikujte do podkoží na břicho přibližně v době operace. Použijte všechny injekce, které jste dostali.
  - c) **Pokud vám váš lékař naordinoval jiné léky** (viz. pooperační zpráva) užívejte je podle indikace lékaře (např: Aescin, Brufen, Detralex, Anavenol aj.).
9. Chodte o berlích (dobu stanoví lékař) a bez došlapu.
10. **Pokud se objeví neustupující teplota nad 38 stupňů, silné bolesti, ev. alergická reakce, kontaktujte prosím co nejdříve vašeho ortopeda nebo anesteziologa MUDr. Dokládala (736 675 809) nebo běžte na ortopedické oddělení nejbližší nemocnice s propouštěcí zprávou, kterou dostanete při propuštění.**

# JAK SI MÁM APLIKOVAT INJEKCI PŘÍPRAVKU ZIBOR?

## Postupujte podle následujících kroků:

1. Umyjte si důkladně ruce a posaďte se nebo si lehněte do pohodlné polohy.
2. Vyberte si oblast v okolí pasu, nejméně 5 cm od pupku a od stávajících jizev nebo modřin a pečlivě vydezinfikujte kůži v této oblasti.
3. K podání injekce používejte každý den jiné místo, např. jeden den do pravého boku a další den do levého boku.
4. Sejměte kryt z jehly ZIBOR.
5. Aby se udržela sterilita jehly, ujistěte se, že se jehla ničeho nedotýká.
6. Předplněná injekční stříkačka je nyní připravena k použití.
7. Před injekcí nevytlačujte pístem vzduchové bubliny, protože by mohlo dojít ke ztrátě léku.
8. Uchopte injekční stříkačku do jedné ruky a palcem a ukazováčkem druhé ruky opatrně stlačte vydezinfikovanou oblast kůže, aby se vytvořila kožní řasa.
9. Vpíchněte jehlu v celé délce kolmo (v úhlu 90 stupňů) do kožní řasy
10. Stlačte píst a po celou dobu injekce přidržujte kožní řasu v dané pozici.
11. Vytáhněte jehlu kolmým pohybem nahoru a uvolněte kožní řasu.
12. Nemasírujte kůži v místě vpichu jehly. Předejdete tak vzniku modřin.
13. Nepokoušejte se nahradit kryt jehly zpět na injekční stříkačku.
14. Vyhodte injekční stříkačku (jehlou napřed) do nádoby na ostré předměty, uzavřete důkladně víko nádoby a umístěte ji mimo dosah dětí.

