

# Рекомендации после лапароскопической холецистэктомии

## 1. Уход за раной.

Через 48 часов после операции вы можете снять повязку, наложенную хирургом и принять душ. Рану можно промывать проточной водой без механического воздействия. Принятие ванны или плавание в бассейне без специальной повязки (типа Тегадерм) запрещено на весь период нахождения швов и до 1 суток после снятия швов.

После принятия душа рану следует аккуратно высушить и обработать 10% раствором БЕТАДИНА с помощью ватной палочки.

При аллергии на йод и его препараты, возможно обработать рану спиртом, бриллиантовым зеленым или фукорцином. Последние два красителя могут окрашивать одежду и предметы быта, поэтому рекомендуются в последнюю очередь или в специальных случаях.

Через 48 часов после операции большинство ран можно вести без повязки, обрабатывая их раз в сутки или дополнительно после мытья антисептиком (бетацином).

В ситуациях, оговоренных врачом, а также: если швы мешают (цепляются за одежду) либо рана находится на трущейся поверхности возможно ведение ран под повязками. Мы рекомендуем повязки типа Медипор или Тегадерм (для купания) или их аналоги. Повязки можно менять либо каждый день, либо через день. При смене повязок рану обрабатывают антисептиком (бетацином). Основываясь на нашем опыте, разницы между ведением ран без повязок и с повязками на результат лечение нет.

В этот период у некоторых пациентов возможно наличие небольших синяков или кровоизлияний вокруг раны, они обычно не требуют лечения и рассасываются самостоятельно в течение 7-10 дней.

Если вам наложены швы, которые не рассасываются, их необходимо снять в условиях хирургического кабинета в день, который назначен вашим хирургом. Большинство швов снимают на 6-7 день, но некоторые раны могут требовать нахождения швов в течение 10-15 дней.

После снятия швов не рекомендуем мочить или мыть рану в течение 12-24 часов.

В период до 2 недель после снятия швов следует оберегать рубец от механического воздействия (удары, растягивание и т.д.). Не желательно, чтобы область рубца подвергалась загару в течение 2 месяцев после операции. До 6 месяцев после операции при инсоляции рекомендует обрабатывать область рубца солнцезащитным кремом с высоким показателем SPF.

Для улучшения косметического эффекта возможна обработка рубца препаратами на силиконовой основе (типа Стратамед, Стратадерм, Кело-Кот) по рекомендации вашего лечащего врача.

Окончательное формирование рубца происходит через 6 месяцев после операции. До этого периода не рекомендуются вмешательства по коррекции рубца, если вам не нравится его вид (лазерная шлифовка или хирургическая коррекция).

### Вам следует обратиться к хирургу немедленно при следующих ситуациях:

- покраснение раны, появление отека или повышения температуры кожи в области раны.
- усилении боли в области раны, особенно при ее дергающем характере
- появлении из раны гнойных или каловых выделений.
- выделении из раны крови.

## 2. Рекомендации по питанию

Хотя большинство отечественных источников рекомендует придерживаться диеты №5, строгое соблюдение ее не является необходимым.



Viber +380-98-069-6221

<http://www.chirurg.com.ua>

<https://www.facebook.com/Mendel.Surgery/>

YouTube: Mendel.Surgery

(с) Н.А.Мендель, 2018-2019



Необходимо придерживаться следующих ограничений в питании после холецистэктомии:

В течение 1 месяца с момента операции запрещено употреблять:

Алкоголь; Жирную пищу; Жаренную пищу; Острую пищу.

В течение первой недели не рекомендуется употреблять:

Кофе; Яйца; Сырые овощи; Сладкие продукты; Продукты, которые могут вызвать вздутие кишечника (бобовые, капусту и пр).

Не переедать, питаться по возможности регулярно.

Через месяц после операции никаких ограничений в питании нет, только необходимо придерживаться принципов здорового питания.

### **3. Рекомендации по физической нагрузке**

Обычный период реабилитации после лапароскопической холецистэктомии составляет от 7 до 28 дней (в зависимости от характера деятельности пациента). Несмотря на то, что через 2-3 дня после операции пациент чувствует себя удовлетворительно и может свободно ходить, гулять на улице, даже ездить на автомобиле, мы рекомендуем находится дома и не выходит на работу первые 5-7 дней после операции, которые требуются организму для восстановления. В это время пациент может чувствовать слабость, повышенную утомляемость.

После оперативного вмешательства рекомендовано ограничение физической нагрузки сроком на 1 месяц (не носить тяжести более 3-4 килограммов, исключить физические упражнения, требующие напряжение мышц брюшного пресса). Эта рекомендация обусловлена особенностями формирования процесса рубца мышечно-апоневротического слоя брюшной стенки, который достигает достаточной крепости в течение 28 суток с момента операции. Спустя 1 месяц после операции никаких ограничений физической активности нет.

### **4. Медикаментозное лечение.**

После лапароскопической холецистэктомии обычно требуется минимальное медикаментозное лечение. Болевой синдром после операции обычно выражен незначительно, но у некоторых пациентов требуется применение анальгетиков в течение 2-3 дней. Обычно это декскетопрофен (дексалгин), парацетамол, нимесулид (нимесил).

У некоторых пациентов возможно применение спазмолитиков: дротаверин (но-шпа) или мебеверин (дуспаталин) в течение 7-10 дней.

Прием медикаментозных препаратов должен выполняться строго по указанию лечащего врача в индивидуальной дозировке.

### **При каких состояниях следует перезвонить в клинику и обратиться к врачу:**

1. Повышение температуры тела выше 38,0С.
2. Пожелтение кожных покровов.
3. Сильной боли в животе.
4. Изменений со стороны раны (см.выше).



Viber +380-98-069-6221

<http://www.chirurg.com.ua>

<https://www.facebook.com/Mendel.Surgery/>

YouTube: Mendel.Surgery

(с) Н.А.Мендель, 2018-2019

