

ПРАВИЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ПАЦИЕНТА ПОСЛЕ ОПЕРАЦИИ НА ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЕ

Уважаемые пациенты,

Вы перенесли операцию на щитовидной железе и находитесь в послеоперационном периоде. Вам необходимо сразу же после операции постоянно принимать заместительные препараты (гормоны) щитовидной железы.

В этой информационной памятке Вы найдёте ответы на интересующие Вас вопросы и как вести себя после выписки из клиники.

Когда можно принимать душ или ванну?

Обычно принимать душ можно ещё в клинике. Операционная рана защищена непромокаемым пластырем. Если после операции имеются дренажи в ране, принимать душ можно только после удаления дренажей. После удаления послеоперационных швов можно принимать душ без пластыря. Во время мытья волос голову нельзя сильно запрокидывать назад, чтобы не было повышенной нагрузки на швы. Принимать ванну и посещать сауну можно начать через две недели после удаления послеоперационных швов.

Когда можно заниматься спортом?

Через две недели после выписки из клиники нет никаких ограничений для занятия спортом. Некоторыми видами спорта (спортивная ходьба, велосипед) можно заниматься ещё раньше. Спустя четыре недели после операции необходимо проверить уровень гормонов щитовидной железы в крови, до этого времени нагрузки на организм не должны превышать Ваших обычных норм. После операции на щитовидной железе, в отличии от операций брюшной полости, нет ограничений при поднятии тяжестей.

Что необходимо соблюдать при приёме препаратов (гормонов) щитовидной железы?

Гормоны щитовидной железы для организма жизненно необходимы. Если удалена вся щитовидная железа - пациент нуждается в регулярном приёме щитовидных гормонов. При удалении части щитовидной железы, как правило, пациент также нуждается в приёме гормонов щитовидной железы или препаратов йода, предупреждая этим образование узлов в здоровой части щитовидной железы. При образовании новых узлов показана операция. Приём гормонов щитовидной железы необходим ежедневно утром натощак с небольшим количеством воды. Между приёмом таблеток и завтраком должно пройти не менее 20 минут. Если Вы забыли принять таблетки - не страшно. Изменение уровня гормонов щитовидной железы в крови происходит медленно. В таком случае, на следующий день примите обычную дозу гормонов

Если приём таблеток прекращён на длительное время (несколько дней или недель) возникает недостаточность функции щитовидной железы, с симптомами повышенной усталости, снижение работоспособности, прибавка в весе. Спустя четыре-шесть недель после операции необходимо проверить уровень гормонов щитовидной железы в крови. Для этого производится анализ крови у эндокринолога или у своего лечащего врача. В редких случаях дозировка гормонов должна быть изменена.

Когда можно вновь отправиться в отпуск?

Полёт на самолёте возможен через неделю после операции, длительная поездка на автомобиле или на поезде ещё раньше. Не забывайте при длительном сиденье периодически делать физические упражнения. Послеоперационный шов в течение трёх месяцев после операции очень чувствителен к солнечным лучам, поэтому избегайте солнечных ожогов, закрывая шов шейным платком. В течение этого же времени необходимо отказаться от посещения солярия.

Что делать с послеоперационным швом для достижения лучшего косметического эффекта?

Формирование послеоперационного рубца может занимать от нескольких месяцев, в редких случаях до года. Специального ухода послеоперационный рубец не требует, достаточно смазывать его *Veranthen-Salbe*. Смазывание послеоперационного шва можно начинать спустя одну неделю после удаления швов. Важно чтобы в течение трёх месяцев после операции никакие косметические средства не попадали на шов. Послеоперационное заживление наиболее интенсивно происходит в первые 10-20 дней. Затем в области послеоперационного шва образуется уплотнение и отёчность. Это нормальный процесс заживления. В течение шести недель послеоперационный шов может оставаться плотным и при глотании заметно движение шва. Если Вы не уверены, что процесс заживления происходит нормально, пожалуйста обращайтесь к нам.

Когда необходимо проверять уровень гормонов щитовидной железы в крови?

Спустя четыре-шесть недель после операции необходимо проверить уровень гормонов щитовидной железы в крови. По результатам этого анализа может быть назначена точная дозировка медикаментов. Ультразвуковое обследование, как правило, производится через шесть месяцев после операции. В случае приёма после операции препаратов *CALCIUM* необходим контроль кальция в крови один - два раза в неделю с тем, чтобы как можно быстрее уменьшить дозировку.

Надеемся, что мы ответили на большинство Ваших вопросов, что конечно не может заменить личной беседы с врачом. Если у Вас есть ещё какие-то вопросы мы всегда готовы ответить на них. Мы просим Вас после выписки из клиники в ближайшее время показаться нам. Наилучшие пожелания и скорейшего восстановления. Врачи клиники эндокринной хирургии.

Доктор медицины
Dr. Christian Vorländer
Руководитель клиники.