

Cuide-se!

O seu coração agora está em suas mãos!



CIRURGIA CARDIOVASCULAR: MANUAL EDUCATIVO PARA PACIENTES E FAMILIARES



ELABORADO POR:

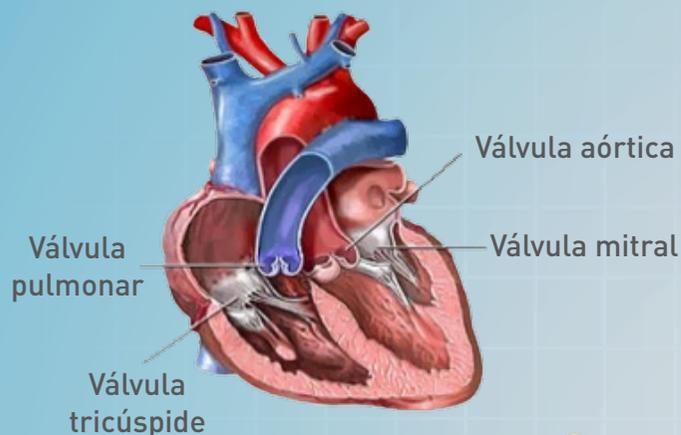
Enfª Residente Cibele Cielo
Drª Mª Antonieta Moraes
Equipe multiprofissional do IC-FUC

INSTITUTO DE CARDIOLOGIA DO RIO GRANDE DO SUL
FUNDAÇÃO UNIVERSITÁRIA DE CARDIOLOGIA
Av. Princesa Isabel, 395 - Santana - Porto Alegre - RS
Fone: (51) 3230.3600 - www.cardiologia.org.br



INDICAÇÃO CIRÚRGICA

TROCA DE VÁLVULA

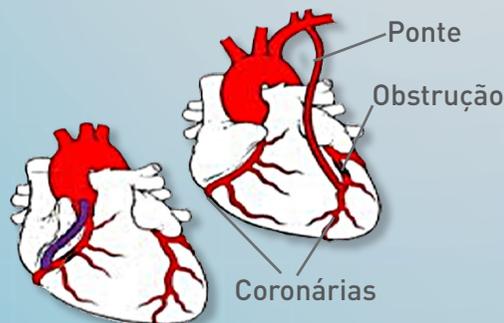


A troca de válvula está indicada quando não há abertura ou fechamento eficientes das válvulas que mantêm o fluxo de sangue para o corpo.



PONTE DE SAFENA

A cirurgia de revascularização do miocárdio (CRM) é a colocação de pontes que desviam o fluxo do sangue devido a obstrução em uma artéria coronária, restabelecendo a irrigação sanguínea adequada para o músculo cardíaco.



PRÉ-OPERATÓRIO

O QUE É IMPORTANTE LEVAR PARA O HOSPITAL?

- Exames realizados recentemente;
- Material de higiene pessoal;
- Roupas leves e chinelos.

ATENÇÃO: não é permitido aos pacientes permanecerem com celular. Os familiares devem manter o celular no modo silencioso.

Alguns exames poderão ser solicitados no momento da internação para realizar a cirurgia cardíaca, como: sangue, urina, Raio-X, eletrocardiograma, ecografia e cateterismo cardíaco.

Na véspera da cirurgia você receberá orientações sobre o procedimento durante a visita de diferentes profissionais, como: anestesista, enfermeiro, fisioterapeuta, nutricionista e psicólogo.

GRUPO DE ORIENTAÇÕES pré e pós-operatórios: uma equipe multidisciplinar esclarece as dúvidas dos pacientes, podendo trocar experiências entre si. Os encontros ocorrem toda terça e sexta-feira, das 10h30 às 11h30, no setor de Psicologia. **PARTICIPE!**

JEJUM: seis horas antes da cirurgia, não sendo permitido ingerir nenhum tipo de alimento ou líquido. Não aceite nada mesmo que alguém lhe ofereça!

LAVAGEM INTESTINAL: será realizada no turno que antecede a cirurgia, com o objetivo de eliminar resíduos intestinais, evitando que ocorram contaminações durante a cirurgia.



BANHO: será realizado poucas horas antes da cirurgia, com sabão líquido (clorexidrina). Após o procedimento, usar a vestimenta fornecido pelo hospital. A equipe de enfermagem irá auxiliar o paciente.

TRICOTOMIA (depilação): será realizada no Bloco Cirúrgico.

MEDICAÇÕES: siga as recomendações fornecidas pelo seu médico. No momento da internação, a equipe de enfermagem dará orientações sobre medicações que poderão ser suspensas. Durante a internação as medicações serão fornecidas pelo hospital. Um pré-anestésico será administrado pela enfermagem um pouco antes da cirurgia, mas você irá acordado para o bloco cirúrgico.

É IMPORTANTE A PRESENÇA DE FAMILIARES UMA HORA ANTES DA CIRURGIA!

- Neste momento todos os seus pertences serão entregues aos familiares.
- Não esqueça de entregar: prótese dentária, óculos, aparelho auditivo, aliança e joias.

BLOCO CIRÚRGICO

- A equipe de enfermagem, juntamente com seus familiares, acompanhará o paciente de maca até o bloco cirúrgico.
- Após, os familiares deverão recolher seus pertences do quarto e poderão aguardar na sala de espera em frente ao bloco cirúrgico.
- A cirurgia terá duração de quatro a oito horas.
- É importante a permanência de um familiar para receber informações da equipe cirúrgica logo após o término da mesma.

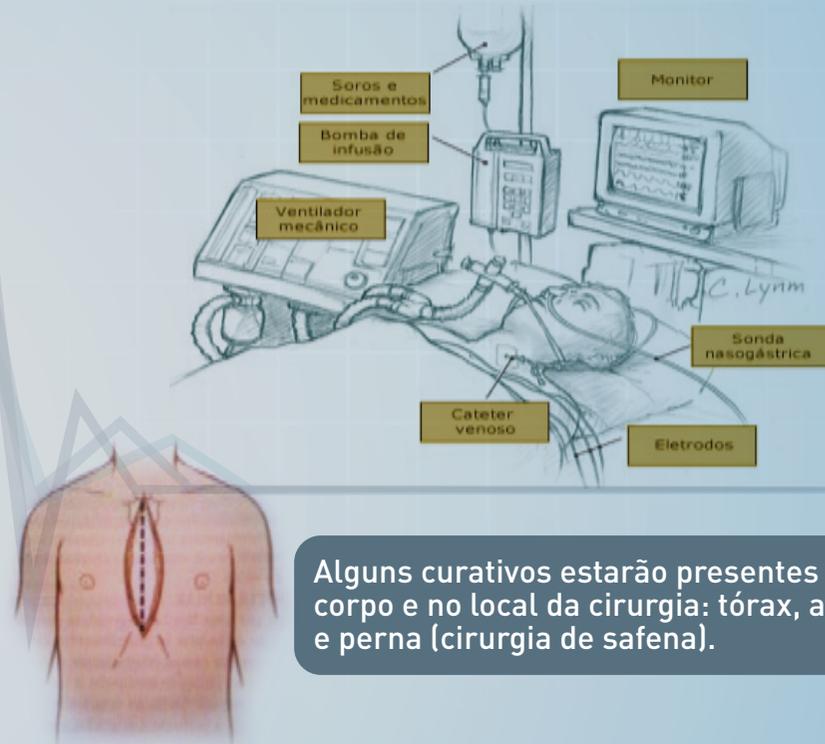
PÓS-OPERATÓRIO IMEDIATO

- Após a cirurgia a recuperação será na Unidade de Pós-Operatório (UPO), onde permanecerá por, no mínimo, 48 horas.
- Não é permitida a permanência de familiares nessa unidade, exceto no horário de visitas, das 13 às 13h30 (máximo de duas pessoas por vez)
- **LAVAGEM DE MÃOS:** ação importante a ser realizada por toda a equipe e familiares antes e após a visita, ajudando no controle de infecções.

O material de higiene deverá ser entregue na primeira visita ao paciente.

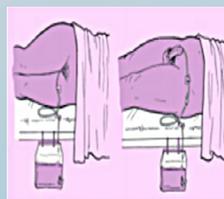
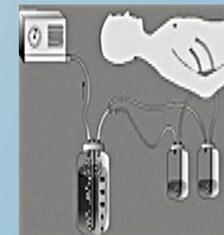
COMO O PACIENTE RETORNA DA CIRURGIA?

- Nas primeiras horas você ficará sedado (dormindo), lentamente irá despertar.
- Permanecerá com alguns aparelhos necessários e de uso temporário, entre eles: sonda no nariz para esvaziamento gástrico, um tubo na boca para auxiliar a respirar, sonda para urinar, drenos no tórax e abdômen, curativos, soros e medicações.



Alguns curativos estarão presentes no seu corpo e no local da cirurgia: tórax, abdômen e perna (cirurgia de safena).

Alguns drenos estarão instalados no abdômen ou no tórax para a drenagem de secreções (sangue). Esses drenos são desconfortáveis, mas serão necessários por um período.



A sonda na bexiga será para medir a diurese (urina) e, assim, utilizada controlar a função renal.

- Nas primeiras horas após a cirurgia o paciente não conseguirá falar nem tomar água.
- A equipe de enfermagem e fisioterapia estarão sempre próximas do paciente.
- Procure manter-se calmo e tente se comunicar apenas através de gestos com quem estiver próximo.
- Esta situação se manterá por algumas horas até que você tenha boas condições clínicas.
- Gradativamente os soros, drenos, tubos e sondas serão retirados.

- Dores pelo corpo e sede são comuns no pós operatório.
- O ambiente da unidade de recuperação apresenta ruídos e barulhos na maior parte do tempo.

- Passada a fase de cuidados intensivos (48 -72h), você será transferido para um quarto ou enfermaria, onde permanecerá por no mínimo 5 dias.

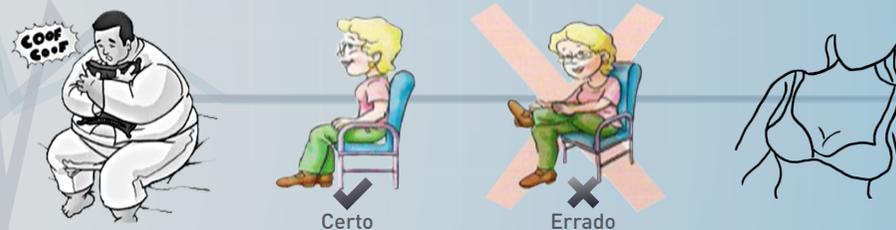
UNIDADE DE INTERNAÇÃO CIRÚRGICA

QUAIS SÃO OS CUIDADOS QUE O PACIENTE DEVE TER NO QUARTO?

- Alguns exames poderão ser realizados neste período: coleta de sangue, eletrocardiograma, raio-x, ecocardiograma.
- No quarto, o fisioterapeuta fará o acompanhamento, onde serão realizadas pequenas caminhadas, subida e descida de escadas e exercícios respiratórios.
- Deve-se evitar ingestão de alimentos não fornecidos pelo hospital. Caso precise, solicite avaliação nutricional.
- As medicações serão administradas pela equipe de enfermagem.
- No abdômen permanecerá um fio de marcapasso temporário que será retirado antes da alta hospitalar.
- Durante a cicatrização das feridas operatórias poderá ocorrer coceira, é normal e espontaneamente irá aliviar. Não deverão ser utilizadas pomadas e cremes, apenas lavar com água e sabão.
- Banho de chuveiro será permitido com auxílio da equipe ou de um familiar. Utilizar o sabão líquido de clorexidina por até 5 dias.

- Evite ficar sentado com as pernas cruzadas. Repousar e elevar a perna que tiver cicatriz auxilia a reduzir o inchaço.
- Não tome sol direto na ferida operatória por algum meses para permitir uma boa cicatrização.
- O uso de meia elástica diminui o inchaço, o desconforto e auxilia na circulação.
- Em casos de episódio de tosse, abrace uma travesseiro contra o peito, isso aliviará o desconforto no tórax.
- O uso de soutien com alças largas e sem armação está indicado o quanto antes para auxiliar na aproximação da ferida operatória e do osso do peito (esterno).

Esteja sempre atento para qualquer sinal de infecção nas cicatrizes: calor, vermelhidão, inchaço, dor, presença de secreções e abertura de pontos, bem como o aparecimento de febre.



Guarde sempre consigo uma cópia da nota de alta ou relatório da cirurgia.

ALTA HOSPITALAR

QUAIS OS CUIDADOS QUE O PACIENTE DEVE TER APÓS A ALTA?

MEDICAMENTOS:

- Use diariamente apenas as medicações prescritas pelo médico na alta hospitalar. Dúvidas serão esclarecidas na consulta ambulatorial, após 30 dias. Procure tomá-los sempre no mesmo horário e todos os dias. NÃO INTERROMPA SEM ORIENTAÇÃO.

- Leve consigo, em viagens, as medicações que serão usadas naquele período;
- Guarde suas medicações em local visível, seco e seguro. É importante saber o nome, a dose e para que serve cada medicação que fizer uso.
- Se você esquecer de tomar a medicação em um dos horários e lembrar poucas horas depois, tome a dose, mas nunca ingira duas juntas.
- Consulte um médico antes de tomar qualquer medicação sem receita para ver se o consumo não vai alterar os seus remédios para o coração.
- Mantenha o controle de sua pressão arterial!

ALIMENTAÇÃO

- Evite frituras, comidas enlatadas, refrigerantes, sucos industrializados e conservas.
- Inclua mais frutas, verduras e temperos (orégano, cebola, alho) no preparo dos alimentos. Não utilize temperos industrializados.

REDUZA O SAL E O AÇÚCAR DE SUA DIETA!!!

- Faça pelo menos três refeições (café da manhã, almoço e janta) e dois lanches saudáveis em pequenas porções por dia.
- Dê preferência a alimentos integrais (pães, massas e arroz).



Atenção: pacientes que fazem uso de ANTICOAGULANTES (Varfarin) devem manter a ingestão diária de vitamina K sem grandes variações de quantidades. Esta vitamina está presente em oleaginosas, verduras, vegetais escuros, sardinha e atum.

PESO

- Não realize dietas sem orientação de um nutricionista.
- Controle o peso diariamente, cuidando para perdas e ganhos repentinos.



SE VOCÊ FUMA OU INGERE BEBIDAS DE ÁLCOOL, PARE!

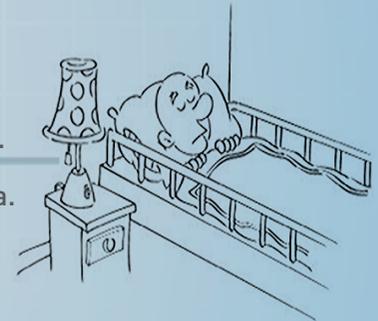


PROCURE AJUDA!

Existem programas de cessação do tabagismo e de apoio a pessoas que desejam parar com a ingestão de álcool.

SONO E REPOUSO

- Procure dormir, pelo menos, oito horas por noite.
- Evite deitar-se de lado por 30 dias após a cirurgia.



RETORNO AO TRABALHO

- Evite atividades que exijam esforço físico exagerado, carregar peso e ficar em pé por tempo prolongado nos primeiros 30-60 dias.
- Caso se sinta cansado ou com falta de ar **INTERROMPA A ATIVIDADE!**
- Você poderá reassumir gradualmente seu trabalho, desde que liberado pela equipe de saúde.

DIRIGIR AUTOMÓVEIS

- Dirija após 60 dias conforme liberação da equipe de saúde.
- Evite viagens prolongadas que ultrapassem duas horas nos primeiros 30 dias.
- Interrompa a viagem periodicamente para descansar e esticar as pernas.

ATIVIDADE FÍSICA

- Procure caminhar dentro de casa nos primeiros 15 dias após a alta.
- Nas primeiras caminhadas fora de casa é aconselhável ir com um acompanhante. Escolha locais planos. Use calçados confortáveis e em horários com temperatura agradável.
- É permitido subir e descer escadas gradativamente, se cansar pare!
- Evite atividades cansativas e esforços físicos após as refeições.
- Esportes serão liberados conforme sua tolerância após avaliação da equipe de saúde.



SEXUALIDADE

- Retome as atividades sexuais gradativamente, conforme tolerância.
- Procure posições passivas e confortáveis.
- Evite pressão sobre o peito.
- A qualquer desconforto interrompa a atividade sexual.

ESTRESSE / ANSIEDADE

- Se você sentir que os níveis de estresse estão fora de controle, está na hora de fazer mudanças, organizar seu tempo e liberar-se deste tipo de desconforto.
- O estresse é prejudicial à sua recuperação.
- Evite lugares/situações/pessoas que lhe causem tristeza, estresse e ansiedade;
- Retome as atividades sociais de que gosta, como pintar, fotografar, tricotar, jogar cartas, quebra-cabeças e outros. Sair para encontrar amigos, assistir a um filme, dançar ou ir a eventos esportivos, contanto que sinta vontade de fazê-los, ajudam a aliviar o estresse e a ansiedade.

CONSULTAS COM A EQUIPE DE SAÚDE

- Faça consultas regulares com a equipe de saúde, mesmo que esteja bem. Não deixe de comparecer às revisões.
- Ao notar qualquer um dos sintomas abaixo, procure imediatamente um serviço de emergência mais próximo de sua residência:
 - Dor no peito durando de 20 a 30 minutos;
 - Inchaço nos tornozelos, mãos, pés ou abdômen;
 - Falta de ar (especialmente em repouso);
 - Batimento cardíaco rápido ou irregular;
 - Tontura, desmaio, cansaço extremo.

DOAÇÃO DE SANGUE:

A família deverá providenciar doadores de para possível uso durante o procedimento. As doações deverão ser realizadas no Banco de Sangue do Laboratório Marques Pereira, localizado na Rua Vasco da Gama, 84, 2º andar – Bom Fim – Porto Alegre.

Tel: (51) 3311.8473

Horários: 2ª a 6ª, das 8h às 14h

Sábados (c/ agendamento), das 7h às 11h

REQUISITOS:

- Nome completo do paciente;
- Ter entre 18 e 65 anos;
- Pesquisar mais de 50kg;
- Levar documento oficial com foto;
- Estar alimentado e em boa saúde.