

ZRÓB TO JAK NAJSZYBCIEJ

- Przygotuj listę pytań do lekarza
- Poinformuj lekarza o chorobach przewlekłych, alergiach, zażywanych lekach
- Zaszczep się przeciw WZW B lub sprawdź poziom przeciwciał anti-HBS
- Umów wizytę u stomatologa
- Zadbaj o swój styl życia (w tym dietę)
- Rozważ wizytę u psychologa

2 TYGODNIE PRZED OPERACJĄ

- Wykonaj konieczne badania
- Unikaj wszelkich możliwości infekcji
- Przygotuj się żywieniowo

TYDZIEŃ PRZED OPERACJĄ

- Zorganizuj transport do i ze szpitala
- Poproś o opiekę dla domowników i zwierzaków na czas nieobecności
- Zadbaj o pomoc dla siebie po powrocie
- Zrób zakupy i zapasy
- Zapłać rachunki
- Przygotuj czystą pościel i ręczniki
- Naszykuj wygodne ubrania
- Przystosuj dom na okres rekonwalescencji
- Wypożycz sprzęt rehabilitacyjny (np. kule)
- Zgłoś lekarzowi, jeśli zachorujesz
- Po konsultacji z lekarzem, wprowadź wsparcie żywieniowe
- Spakuj się do szpitala

DZIEŃ PRZED OPERACJĄ

- Zastosuj się do zaleceń dietetycznych
- Zdejmij biżuterię
- Usuń lakier z paznokci i sztuczne rzęsy
- Nie spożywaj alkoholu
- Sprawdź godzinę i miejsce przyjęcia
- Nie martw się za dużo!

W DNIU OPERACJI

- Wykąp się lub weź prysznic
- Zrezygnuj z makijażu
- Nie używaj kremów, balsamów, perfum
- Nie zakładaj szkiet kontaktowych
- Przed zabiegiem usuń protezy zębowe
- Jeśli to konieczne, bądź na czczo

DO SZPITALA ZABIERZ

- | | | | |
|---------------------------|---|-----------------------------------|-----------------------------|
| ■ dowód osobisty | ■ zaświadczenia od lekarzy specjalistów | ■ piżamę, szlafrok, pantofle | ■ wodę do picia |
| ■ skierowanie do szpitala | ■ dane firmy (NIP), w której pracujesz | ■ kłapki pod prysznic | ■ coś do czytania/stuchania |
| ■ aktualne wyniki badań | ■ telefon i ładowarkę | ■ przybory toaletowe | ■ pozytywne nastawienie |
| ■ dokumentację leczenia | ■ okulary | ■ sztućce i kubek | |
| ■ stosowane leki | ■ pieniądze (drobne) | ■ ręcznik, chusteczki higieniczne | |