

## Подготовка к интенсивному восстановлению организма после минимально инвазивной операции

*Preparation for Enhanced Recovery after Minimally Invasive Surgery*

### Перед операцией (Prior to Surgery)

---

- С целью подготовки к операции вам может быть предложена короткая программа физических упражнений. Пожалуйста, выполняйте эти упражнения в соответствии с указаниями.
- За день до операции у вас не будет никаких диетических ограничений, и вам можно будет есть всё, что пожелаете.
- Начиная с полуночи накануне вашей операции, вам можно будет продолжать пить только прозрачные жидкости.
- Если вам был выдан напиток Boost Breeze®, насыщенный углеводами, его необходимо будет употребить за 2–4 часа до прибытия в больницу.
- Напиток Boost Breeze® можно заменить 16-ю унциями напитка Gatorade® или фильтрованного яблочного сока.
- За 2 часа до прибытия в больницу вы должны прекратить потреблять любые напитки. Если вы продолжите пить жидкости или будете пить что-то помимо воды или напитка Boost Breeze® между полуночью и сроком за два часа до прибытия в больницу, ваша операция будет отменена по соображениям безопасности.

### Вечером в день операции (The Evening of Surgery)

---

- Существует возможность того, что вас выпишут домой в день операции если у вас будет достаточно хорошее самочувствие и мы сможем добиться облегчения боли. В этом случае перед выпиской из больницы вам будут даны соответствующие предписания.
- Если вы останетесь в стационаре до следующего дня, ваша медсестра (медбрат) поможет вам встать с кровати через 6 часов после операции.
- Катетер из вашего мочевого пузыря, скорее всего, будет удалён через 6 часов после операции, и вы сможете мочиться самостоятельно.
- Для обеспечения наибольшего облегчения боли вам будут предложены пероральные болеутоляющие лекарственные средства.

## На следующее утро после операции (The Morning After Surgery)

---

- Вероятнее всего, в ходе первого приёма пищи после операции вы сможете следовать своей обычной диете.
- Если вы останетесь в стационаре до следующего дня или если вас выпишут в тот же день, то в больницу должен будет явиться взрослый ответственный человек для получения указаний по поводу ухода за вами и для того, чтобы отвезти вас домой.
- В зависимости от вида операции, ваш хирург может предложить вам использовать дома инъекционный препарат, предназначенный для предотвращения образования сгустков крови. Утром, на следующий день после операции медсестра (медбрат) проинструктирует вас и члена вашей семьи о том, каким образом вкалывать самому себе этот препарат на протяжении четырёх недель после операции.

## Дома (Home)

---

- После операции вы будете испытывать боль и вам, возможно, придётся принимать болеутоляющие лекарственные средства.
- Возможно, вам стоит попросить кого-то из родных или друзей оказать вам помощь дома во время процесса выздоровления.
- Если у вас возникнут какие-то беспокойства, вы можете позвонить в офис своего хирурга по телефону 415-353-9600.