COSMO CHIRURGIA

tel: + 385 1 4873 023
e-mail: info@cosmochirurgia.hr
Adresa: Gradišćanska 34, 10 000 Zagreb

POSTOPERATIVNE UPUTE – DERMATOKIRURGIJA (EKSCIZIJA KOŽNE LEZIJE)

1. Neposredno nakon operacije

- Cilj prvog tjedna njege je omogućiti zacjeljivanje rane i smanjenje oteklina.
- Izbjegavajte naporne aktivnosti koje mogu povećati otok ili modrice.
- Po potrebi primijenite hladni oblog prema uputama liječnika.

2. Oteklina i modrice

- Oteklina i modrice najizraženiji su 2–3 dana nakon zahvata, a zatim postupno nestaju.
- Većina modrica prolazi u roku od 7–14 dana.

3. Povoj

- Nakon operacije rana je prekrivena Steri-Strip trakicama i/ili gazom.
- Ne skidajte povoj dok ne dobijete upute liječnika.
- Krvarenje prve noći je uobičajeno – primijenite pritisak čistom gazom po potrebi.
- Na prvom postoperativnom pregledu obavljamo promjenu povoja i dajemo upute za daljnju njegu.

4. Lijekovi

- Lijekovi protiv bolova nisu uvijek potrebni, ali mogu biti propisani za ublažavanje nelagode.
- Ako Vam je propisani lijek prejak ili niste dobili recept, može se uzeti paracetamol.

5. Higijena

- Tuširanje je dopušteno 24 sata nakon zahvata. Steri-Strip trakice mogu se navlažiti, a ako padnu, zamijenite ih manjim flasterom.

6. Tjelovježba

- Izbjegavajte fizičku aktivnost i vježbanje 6 tjedana nakon zahvata.
- Održavajte nizak puls kako bi se smanjio rizik od krvarenja.

COSMO CHIRURGIA

tel: + 385 1 4873 023
e-mail: info@cosmochirurgia.hr
Adresa: Gradišćanska 34, 10 000 Zagreb

7. Izlaganje suncu i njega kože

- Nemojte koristiti uobičajene proizvode za njegu kože ili šminku dok ne dobijete dopuštenje na prvom postoperativnom pregledu (obično oko 10. dana).
- Izbjegavajte izravno sunce najmanje 6 tjedana.
- Nanesite zaštitni faktor kada liječnik odobri korištenje proizvoda za njegu kože.

8. Follow-up

- Datumi i termini prvih postoperativnih pregleda dogovaraju se prije operacije.

Dodatne preporuke kod otpusta kući

- Osigurajte smještaj unutar 50 km od Zagreba prvih 24 h.
- Preporučeno mirovanje, dozvoljene kratke lagane šetnje.
- Pošteda od 6 tjedana do pune fizičke aktivnosti.
- Uzimajte lijekove protiv bolova i lijekove za opuštanje mišića prema uputi.
- Nemojte piti alkohol s lijekovima.
- Ne pušite niti boravite u prostorima gdje se puši.
- Preporučena prehrana: uravnotežena, bogata proteinima, s ograničenim unosom soli.
- Ograničite unos kofeinskih napitaka, ali održavajte prosječnu dnevnu dozu.
- Postupno povećavajte aktivnosti, bez podizanja pulsa iznad 100/min.

Priprema prije zahvata

1. Paracetamol 1000 mg – 3x dnevno prvih 2 dana, zatim po potrebi
2. Ketonal 50 mg – po potrebi, max 3x dnevno, nadopuna uz paracetamol
3. Diazepam 2 mg – po potrebi (prije spavanja), max 2 tablete dnevno
4. Dezinficijens u spreju (npr. Octenisept)
5. Antibiotska mast (npr. Bivacyn)
6. Sterilne gaze

COSMO CHIRURGIA

tel: + 385 1 4873 023
e-mail: info@cosmochirurgia.hr
Adresa: Gradišćanska 34, 10 000 Zagreb

7. Micropore ljepljive trake

Njega rana

- Vodootporni flaster omogućuje tuširanje 2. dan nakon operacije.
- Prije toga čistite spužvom, pazite da područje oko flastera ostane suho.
- Flaster uklonite ako je natopljen ili se odignuo od kože.
- Previjanje: čistim rukama – 1) pošpricati antiseptikom, 2) obrisati suhom gazom, 3) staviti antibiotsku mast i novu gazu ili flaster (po potrebi koristiti SteriStrip trake).
- Rezove nemojte uranjati u vodu 6 tjedana (bez kupanja u kadi, bazenu ili prirodnim vodama).
- Konci se uklanjaju oko 10 dana nakon zahvata.

Kada se javiti ranije

- Temperatura >38,5°C
- Povećano crvenilo, bol ili oteklina oko reza
- Žuti ili zelenkasti iscjedak, neugodan miris
- Nuspojave lijekova: osip, mučnina, glavobolja, povraćanje

Liječnik je dostupan mobitelom 24h za sve hitne ili neodložne probleme.