

## Powrót dziecka do domu po operacji serca - co każdy rodzic wiedzieć powinien.

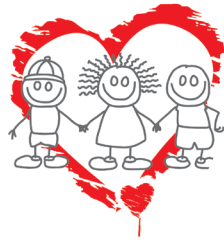
Istnieje wiele wad serca, część z nich to wady tzw. proste, po ich korekcji chirurgicznej dzieci mają anatomicznie zdrowe serca, przywrócona jest ich prawidłowa budowa, inne wady tzw. złożone to wady, w przypadku których lekarz nie może przywrócić prawidłowej budowy serca, może jedynie próbować korygować chore serce tak, aby pracowało ono w sposób najbardziej zbliżony do pracy serca zdrowego. Poniżej przedstawiamy kilka informacji, które są niezwykle ważne dla każdego rodzica zabierającego do domu swoje dziecko po operacji serca, bez względu na to, czy wada została skorygowana całkowicie czy też zostało zastosowane chirurgiczne leczenie paliatywne.

### Kiedy korzystać z pomocy lekarza?

– zasięgnij porady lekarza zawsze kiedy niepokoi cię stan zdrowia dziecka (nawet jeśli powód okaże się zupełnie błahy, zawsze lepiej poradzić się specjalisty niż żyć w niepewności narażając tym samym zdrowie, a być może również życie dziecka)

– skontaktuj się jak najszybciej z lekarzem, jeśli twoje dziecko w okresie 2 tygodni po operacji serca prezentuje któryś z poniższych objawów:

- problemy z oddychaniem/duszność (u noworodków i małych niemowląt objawy trudności w oddychaniu to postękiwanie, poruszanie skrzydełkami nosa, zaciąganie mięśni międzyżebrowych, bardzo złym objawem są wahadłowe ruchy głowy)
- przyspieszona częstość oddechów tzw. tachypnoe
- przyspieszona częstość akcji serca tzw. tachykardia
- obrzęk dłoni, stóp lub okolicy oczu
- zaczerwienienie lub obrzęk blizny pooperacyjnej
- duża bolesność blizny pooperacyjnej
- sączenie się treści surowiczej, ropnej lub krwistej z blizny pooperacyjnej
- częste wymioty
- utrata apetytu
- wzmożona męczliwość
- utrzymujący się stan podgorączkowy bez wyraźnych objawów infekcji
- wzmożona senność
- biegunka

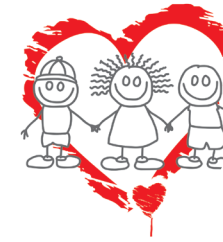


## Jak postępować z blizną pooperacyjną?

Blizna po zabiegu operacyjnym często budzi wśród rodziców wiele obaw, wielokrotnie zastanawiają się w jaki sposób pielęgnować miejsce nacięcia po powrocie dziecka do domu oraz czy po całkowitym zagojeniu się będzie ona bardzo widoczna. Pamiętajmy, że tak naprawdę, w obliczu operacji serca sama blizna jest jednym z najmniej istotnych problemów, będzie pewnego rodzaju wspomnieniem na całe życie, jednak większość dzieci potrafi zaakceptować ten defekt kosmetyczny. Blizna pooperacyjna powinna zagoić się całkowicie w ciągu 14 dni po zabiegu operacyjnym, jednak w czasie roku po operacji jej wygląd będzie się zmieniać.

## W jaki sposób postępować z raną po operacji?

- po usunięciu przez lekarzy opatrunku przemywaj ranę jeden raz dziennie przy użyciu wody i mydła, bardzo dobrze sprawdza się szare mydło typu „biały jeleń”
  - dokładniej osuszaj bliznę po myciu
  - codziennie oceniaj bliznę pod kątem niepokojących objawów takich jak:
    - zaczerwienienie
    - obrzęk
    - sączenie się treści surowiczej, ropnej lub krwistej
- (w przypadku wystąpienia któregokolwiek z w/w objawów skontaktuj się z lekarzem)
- nie uciskaj, nie dotykaj, nie manipuluj w okolicach rany pooperacyjnej
  - w okresie 4 tygodni po zabiegu nie używaj żadnych kremów, pudrów, oliwek ani innych specyfików kosmetycznych na bliznę pooperacyjną
  - w okresie 4 tygodni po zabiegu dziecko nie powinno brać kąpieli podczas których rana pozostaje zanurzona w wodzie, nie powinno również korzystać z basenu i innych zbiorników wodnych
  - okresie pierwszego miesiąca po operacji staraj się nie podnosić dziecka chwytając je „pod pachy” oraz unosić do góry jego ręce - może to powodować ból w związku z naciąganiem się skóry na klatkę piersiową, staraj się podnosić dziecko podtrzymując je jedną ręką z boku klatki piersiowej, drugą pod pośladkami
  - w okresie roku po zabiegu operacyjnym chroń bliznę przed działaniem promieni słonecznych, jest ona w tym czasie bardzo podatna na poparzenia, w okresie pierwszych 6 miesięcy powinna być chroniona pod koszulką, w czasie kolejnych 6 miesięcy dobrze zabezpieczona kremem z filtrem chroniącym przed promieniami słonecznymi.

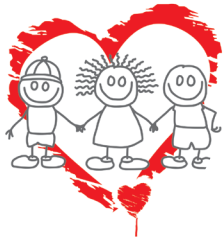


## Jaką dietę powinno mieć dziecko w domu?

- przy wypisie zapytaj lekarza czy dziecko ma zaleconą jakąś specjalną dietę, jeżeli tak, postępuj zgodnie z zaleceniami
- w ciągu pierwszych 2 tygodni po zabiegu większość dzieci je mniej niż zazwyczaj, proponuj dziecku jego ulubione posiłki często i pozwalaj aby zjadało mniejsze porcje - jeżeli dziecko nie ma ograniczeń w przyjmowaniu płynów proponuj mu ulubione napoje co około jedną - dwie godziny, najlepiej aby była to woda
- dbaj o to, aby dieta dziecka była uboga w sól
- pamiętaj, że dieta dziecka z wadą serca powinna być zdrowa i urozmaicona, najlepiej aby zjadało wysokogatunkowe zboża, warzywa, świeże chude mięso, ryby oraz dobrej jakości nabiał, unikamy gotowych soków, napojów gazowanych, słodczy, przekąsek i dań typu Fast-food

## Jak dbać o to by dziecko było zdrowe, jak zapobiegać infekcjom?

- po operacji serca bardzo ważne są ćwiczenia pomagające zachować sprawność układu oddechowego, można je stosować jako profilaktykę, jeżeli twoje dziecko nie ma przeciwwskazań warto ćwiczyć z nim nie tylko po operacji ale i każdego dnia w następujący sposób:
  - zachęcaj dziecko do śpiewania ulubionych piosenek
  - pozwól dziecku puszczać bańki mydlane
  - ćwicz kilka razy w ciągu dnia razem z dzieckiem nabieranie głęboko powietrza przez nos i jego powolne wypuszczanie ustami, możesz np. zachęcić je do wykonywania tego ćwiczenia za każdym razem podczas reklam w trakcie ulubionej bajki czy programu telewizyjnego
- zadbaj o regularny rytm dnia twojego dziecka, wpływa to korzystnie na jego odporność, przede wszystkim pilnuj aby dziecko kładło się spać zawsze o tej samej porze
- w okresie pierwszego miesiąca po zabiegu operacyjnym staraj się aby dziecko unikało dużych skupisk ludzi takich jak galerie handlowe, supermarkety, środki komunikacji miejskiej, placówki oświaty, jednocześnie nie zabraniaj dziecku kontaktu z rówieśnikami, pozwól mu bawić się z ulubioną koleżanką czy kolegą, dbaj jednak aby towarzysz zabaw zawsze był zdrowy
- w okresie pierwszego miesiąca po operacji rygorystycznie przestrzegaj zasady, że każda osoba z objawami infekcji nie może mieć kontaktu z dzieckiem, nawet jeśli jest to ukochana babcia, dla bezpieczeństwa dziecka lepiej, aby unikało kontaktu z osobami chorymi



– przestrzegaj, aby każda osoba, która we wczesnym okresie po zabiegu dotyka twojego dziecka umyła wcześniej ręce, zobacz jak prawidłowo myć ręce, aby usunąć z nich chorobotwórcze drobnoustroje



1. Pocieramy wnętrzami dłoni o siebie



2. Pocieramy wnętrzem prawej dłoni o grzbiet lewej dłoni. Powtarzamy czynność odwrotnie.



3. Pocieramy wnętrzami dłoni o siebie, z zaplecionymi palcami - tak by umyć zagłębienia między palcami.



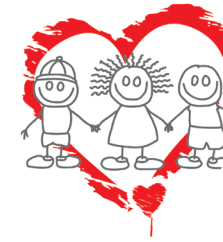
4. Pocieranie opuszków palców prawej dłoni o wnętrze lewej dłoni. I odwrotnie. Ma to na celu umycie strefy pod paznokciowej.



5. Chwyćmy kciuk lewej dłoni, zaciśniętymi palcami prawej. Myjemy kciuk wykonując ruchy obrotowe. Następnie zamieniamy ręce.



6. Złączonymi palcami prawej dłoni, pocieramy wnętrze lewej dłoni. Powtórzyć czynność odwrotnie.



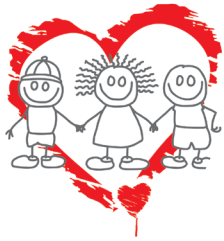
## Jaką aktywność powinno mieć dziecko po powrocie do domu?

- wychodząc z dzieckiem ze szpitala upewnij się w rozmowie z lekarzem jakiego rodzaju przeciwwskazania w zakresie aktywności fizycznej ma twoje dziecko
- pozwalaj dziecku na taką aktywność na jaką ono samo się decyduje, jeśli czuje że może i ma ochotę iść na krótki spacer nie zabraniaj mu nawet jeśli minął zaledwie tydzień od operacji
- aktywność dziecka zwiększaj stopniowo, wychodźcie na spacer każdego dnia i każdego dnia pokonujcie odrobinę dłuższy dystans i idźcie nieco szybciej
- dbaj o bezpieczeństwo dziecka i chroń je przed upadkiem w okresie 8 tygodni po operacji, lepiej aby w tym czasie nie jeździło na rowerze, rolkach, łyżwach, nartach, nie wspinało się i nie brało udziału w grach zespołowych
- dziecko nie powinno podnosić ciężkich rzeczy w okresie 3 miesięcy po operacji, w tym samym czasie nie powinno również nosić plecaka
- zapytaj lekarza kiedy dziecko może wrócić do szkoły lub przedszkola, przed jego powrotem spotkaj się z opiekunem lub wychowawcą i opowiedz szczegółowo na co należy zwrócić uwagę oraz czego dziecko powinno unikać
- zapytaj lekarza kiedy dziecko może rozpocząć zajęcia z wychowania fizycznego

## Co w zachowaniu dziecka może być niepokojące?

Pamiętaj, że pobyt w szpitalu to dla dziecka bardzo trudne przeżycie, w początkowym okresie po powrocie do domu możesz zauważyć pewne zmiany w rozwoju dziecka, może przez pewien czas mieć trudność w wykonywaniu pewnych czynności, mimo, iż wcześniej nie stanowiły one problemu, np. raczkowanie, samodzielne chodzenie, siadanie. Oto, co możesz zrobić aby twoje dziecko szybko wróciło do pełnej formy:

- zapewniaj swoje dziecko że jest bezpieczne
- poświęcaj mu dużo uwagi
- staraj się jak najszybciej powrócić do rytmu dnia, jaki dziecko miało przed pobytem w szpitalu np. ulubiona bajka czy zabawa
- nie pozwalaj dziecku na wszystko na co ma ochotę, jeżeli dziecko zachowuje się nieprawidłowo należy mu zwrócić uwagę w taki sam sposób w jaki postępujesz ze zdrowym dzieckiem



- jeżeli dziecko zachowuje się nieprawidłowo nigdy nie próbuj zmienić jego zachowania mówiąc „bo pojedziemy do szpitala/doktora”, bardzo prawdopodobne że dziecko ponownie do szpitala trafi, będzie wówczas traktowało to jako karę za swoje zachowanie
- nigdy nie „strasz” swojego dziecka igłami, strzykawkami, lekarzami, pielęgniarkami

**Pamiętaj** - wada serca nie powinna sprawiać, że dziecko czuje się gorsze, traktuj je zupełnie normalnie, nie wyręczaj, nie zastępuj, wzmacniaj jego pewność siebie. To od twojego postępowania i tego w jaki sposób traktujesz swoje dziecko będzie zależało czy będzie szczęśliwe, samodzielne i aktywne, czy też będzie żyło w ciągłym przekonaniu że jest chore.

Miejsce na twoje pytania do lekarza przed wypisem dziecka do domu: