

Подготовка к операции Здоровее Лучше Скорее



Советы Королевского колледжа анестезиологов
Одобрено:

Ваша роль в подготовке к операции

Операция — важный момент в вашей жизни, и волноваться по этому поводу нормально.

Пациенты в хорошей физической форме, способные улучшать свое состояние и уровень активности, быстрее восстанавливаются после операции. **То, что вы делаете сейчас, может сильно повлиять на ваше восстановление.**

Активное участие в планировании и подготовке к операции поможет вам чувствовать контроль над ситуацией, раньше выписаться из больницы и быстрее вернуться к нормальной жизни. В некоторых районах период ожидания операции может быть более длительным, но вы можете использовать это время для подготовки к операции.

В этой брошюре вы найдете общие советы о том, что вы можете сделать, чтобы результаты операции были как можно более лучшими.

История пациента Роджера (имя изменено)

У меня был лишний вес, и я курил всю жизнь. Хирург и анестезиолог уже сказали мне, что моя операция будет сложной и что после нее мне нужно будет находиться в отделении интенсивной терапии (ОИТ), и это может отсрочить дату операции, если в отделении не будет для меня места.

Анестезиолог рассказал мне о некоторых изменениях, которые я мог бы начать вносить в свой образ жизни, чтобы помочь выздоровлению. Он посоветовал мне прочитать «Здоровее Лучше Скорее» и посмотреть анимацию ([youtube.com/watch?v=2CUMpUwX0x4](https://www.youtube.com/watch?v=2CUMpUwX0x4)). Вечером я смотрел анимацию со своей семьей. Дочь знала, что я очень волновался. Семья уговаривала меня попробовать внести некоторые изменения в образ жизни.

Я давно хотел бросить курить, но у меня не хватало на это силы воли. Было тяжело, но в конце концов я справился. Я также решил начать гулять и каждый день старался пройти немного дальше. Раньше я ходил куда-то только в случае крайней необходимости, но потом я начал получать от этого удовольствие. Я почувствовал себя лучше, а также познакомился с людьми, живущими в моем районе.

У меня диабет, но я не воспринимал его всерьез. Я записался на прием в клинику. Медсестра помогла мне понять, какую пищу мне следует есть, чтобы лучше контролировать диабет, и посоветовала постепенно сбросить вес. Она дала мне прибор, чтобы следить за уровнем сахара в крови. За шесть недель до операции я похудел на 4 кг. Почувствовав себя здоровее и лучше, я стал намного увереннее перед операцией. Раньше я был очень подавлен и волновался, как все пройдет.

После операции я провел день в ОИТ, а потом вернулся в палату. Я пролежал в больнице дольше, чем должен был, потому что разрез после операции поначалу плохо заживал, но серьезных осложнений не было. Физиотерапевт в больнице назначил мне дыхательные упражнения и посоветовал ходить по палате, чтобы сохранять активность и ускорить выздоровление.

Спустя три месяца после операции я все еще ощущаю пользу от изменений, которые я внес в свой образ жизни. Мне не так часто нужен ингалятор, как раньше, и мне стало легче подниматься по лестнице. Я по-прежнему люблю прогулки, мой вес продолжает снижаться, и я гораздо более оптимистично смотрю в будущее.

Медицинская команда

Многие сотрудники разных медицинских профессий будут работать вместе, чтобы ваша операция и восстановление прошли гладко. Они будут заботиться о вас до, во время и после операции. Их часто называют периоперационной командой. Но все начинается с вас.

На этом пути вы встретите много людей. Ниже приведены некоторые члены периоперационной команды:



Медсестры и медбратья



Физиотерапевты



Анестезиологи



Врачи-специалисты



Хирурги и палатные врачи



Фармацевты



Практикующие медсестры и медбратья



Терапевты

Подготовка вашего организма

Изменения образа жизни

Чтобы снизить риски операции, вы можете внести множество изменений в свой образ жизни. Небольшие изменения, даже за короткое время, могут иметь большое значение.

Упражнения

Вашему сердцу и легким придется работать интенсивнее после операции, чтобы помочь телу восстановиться. Если вы уже ведете активный образ жизни, для них это будет привычнее. Пока вы ждете операции, попробуйте повысить уровень активности.

Вам помогут быстрая ходьба, плавание, езда на велосипеде, работа в саду или игры с детьми или внуками. Плавание может быть полезным для людей с ожирением или болью в суставах. Старайтесь заниматься любой деятельностью, которая тренирует дыхание, не реже трех раз в неделю. Начинайте медленно и оставайтесь в пределах своих возможностей. Прислушайтесь к советам, если упражнения для вас сложны. Прекратите упражнения и обратитесь за медицинской помощью, если у вас появились новые проблемы, в том числе боль в груди, головокружение или нарушение сердечного ритма. Упражнения на силу и равновесие также будут полезны для вашего восстановления, например, ежедневные приседания.

Вы можете увидеть несколько примеров здесь: <https://bit.ly/39qX5jF>

Кто может помочь?

- Есть несколько мобильных приложений, которые помогут вам ставить цели и следить за прогрессом, например «Active 10» и «Couch to 5K». Дополнительная информация: <https://bit.ly/3u8WZIN>
- Вы можете попробовать присоединиться к бесплатному клубу по интересам, группе ходьбы пешком или стать волонтером программы по охране природы. Помимо мотивации и поддержки вас в ходьбе и занятиях физической нагрузкой, они также приносят радость и улучшают настроение. Спросите в своей клинике, что имеется в вашем районе.
- Если вы страдаете от болей в спине или суставах и ходите к физиотерапевту, спросите у него, какие упражнения вы можете делать. Вы также найдете информацию об упражнениях при артрите здесь: <https://bit.ly/3bBUi65>
- Ослабленным людям для начала подойдут легкие ежедневные прогулки, приседания, ходьба по лестнице и сокращение времени, проводимого сидя.
- В зависимости от того, где вы живете, у вас может быть доступ к «тренерам здоровья» Национальной службы здравоохранения (НСЗ). Они помогут мотивировать вас и дадут советы.

Это лишь несколько примеров. В вашем районе найдется множество программ здорового образа жизни и фитнеса.



Здоровое питание

Вашему организму необходимо будет восстанавливаться после операции. Этому очень поможет здоровое питание до и после операции. Это означает потребление достаточного количества белка и 5 или более порций фруктов и овощей в день. Они способствуют заживлению ран и работе иммунной системы.

Кто может помочь?

Вы найдете полезные ресурсы и информацию на сайте ниже:

- НСЗ – Здоровое питание: <http://bit.ly/2N1xoDi>

Если в вашей клинике есть диетолог, он также может дать вам советы и предоставить информацию о здоровом питании.

Вес

Избавление от лишнего веса поможет сократить нагрузку на сердце и легкие. Вы можете проверить, является ли ваш вес здоровым, с помощью калькулятора индекса массы тела на сайте НСЗ: <https://bit.ly/3bBTZIt>

Похудение также может помочь:

- снизить кровяное давление
- улучшить уровень сахара в крови
- уменьшить боли в суставах
- снизить риск возникновения тромбов после операции
- снизить риск инфицирования раны после операции
- облегчить физическую активность
- снизить риски, связанные с анестезией.

Дополнительная информация о пользе похудения до операции, а также о повышенных рисках операций у людей с ожирением: coa.ac.uk/patient-information/translations/russian

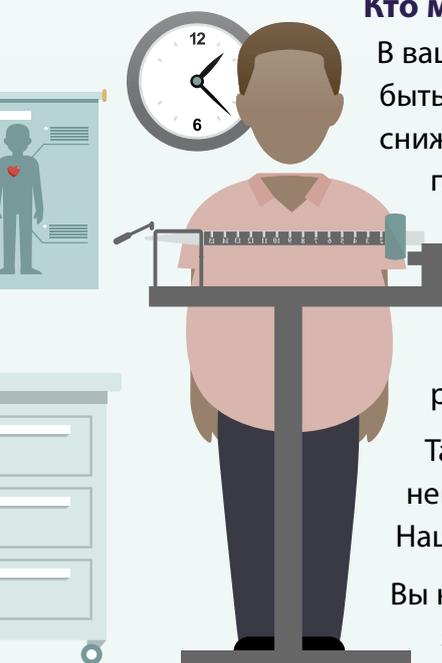


Кто может помочь?

В вашем районе найдутся программы для снижения веса и возможности быть физически активным. У НСЗ есть приложение Weight Loss Plan (план снижения веса). Вас могут взвесить в клинике или аптеке и дать советы по здоровому питанию. Если у вас ожирение, ваш врач также может направить вас на бариатрическую (для уменьшения веса) операцию до назначения вам других процедур, чтобы снизить риски и ускорить ваше восстановление. Некоторые местные органы управления также могут предложить вам программы поддержки, поэтому мы рекомендуем вам посетить их веб-сайты или связаться с ними.

Также может быть полезно вступить в группу снижения веса. В некоторых районах также могут быть доступны услуги тренеров здоровья Национальной службы здравоохранения.

Вы найдете дополнительную информацию и ресурсы в разделе «Лучшее здоровье – сбросьте вес»: <https://bit.ly/3xSsO3i>





Алкоголь

Алкоголь оказывает множество воздействий на организм, но в первую очередь он снижает способность печени производить компоненты, необходимые для восстановления. Если вы регулярно выпиваете, вам следует убедиться, что вы не превышаете рекомендованные дозы. Если вы выпиваете больше нормы, вам необходимо снизить употребление алкоголя перед операцией, чтобы улучшить способность организма восстанавливаться после операции и избежать симптомов абстинентного синдрома во время пребывания в больнице.

Кто может помочь?

Вы найдете информацию о рекомендованных дозах и том, как снизить количество употребляемого алкоголя, на следующих веб-сайтах:

- Советы НСЗ, как меньше пить: <https://bit.ly/3A9NJBK>
- Ресурс НСЗ «Лучшее здоровье – пейте меньше»: <https://bit.ly/3yk7T9V>

Курение

Бросить курить тяжело, но если вы перестанете курить или уменьшите количество выкуриваемых сигарет перед операцией, вы сможете сократить время пребывания в больнице, а также ускорить процесс заживления и улучшить работу легких. Подготовка к операции – это реальный шанс бросить курить.

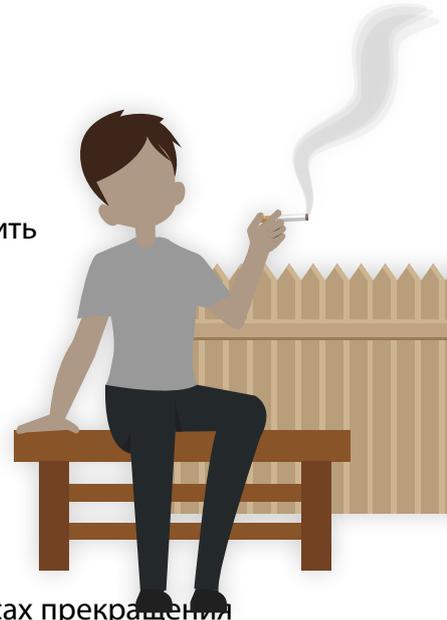
Кто может помочь?

Узнайте, есть ли в вашем районе центр помощи для бросающих курить (Stop Smoking Service). Вы можете найти эту информацию по ссылке:

<https://bit.ly/3QVBnDt>

Следующие организации предоставят вам полезную информацию о плюсах прекращения курения перед операцией:

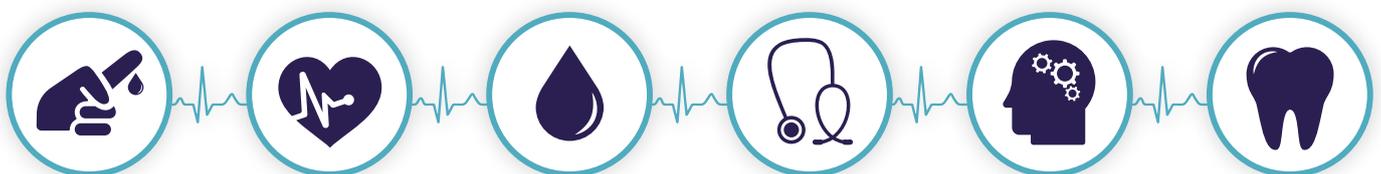
- The Cure Project – помощь бросающим курить: здесь приведена информация о дополнительной пользе раннего прекращения курения до операции: <https://bit.ly/3L9Tph3>
- Организация Action on Smoking and Health (ASH):
 - Руководство для бросающих курить: <https://bit.ly/2N7FLgG>
 - Буклет: курение и оперативное вмешательство: <https://bit.ly/3FEmQGN>.



Проблемы со здоровьем

Многие проблемы со здоровьем могут влиять на восстановление после операции. Важно как можно лучше контролировать имеющиеся у вас проблемы со здоровьем заранее до операции.

Вы также можете записаться на проводимое НСЗ общее обследование в вашей клинике, если вам от 40 до 74 лет.



Сахарный диабет

Контроль над уровнем сахара в крови очень важен для снижения риска инфекций после операции. Если показатель сахара или гликогемоглобина HbA1c (анализ крови для проверки долгосрочного контроля над диабетом) высок, вам может пойти на пользу смена препаратов или диеты.



Также подумайте о диете и массе тела. Вы сможете лучше контролировать диабет, если похудеете. Для пациентов с сахарным диабетом 2-го типа, с ожирением или без него, может быть полезна средиземноморская диета или диета с низким содержанием углеводов.

Дополнительную информацию о сахарном диабете и диете можно найти здесь:

<https://bit.ly/3u8pDn3>

Если вы не делали анализ на гликированный гемоглобин (HbA1c) в течение последних шести месяцев, попросите направление на тест у своего врача-терапевта. При необходимости бригада врачей может рекомендовать любые изменения задолго до операции. Это уменьшит риск откладывания операции.



Высокое кровяное давление (гипертензия)

Кровяное давление должно поддерживаться на безопасном уровне, чтобы снизить риск сердечных заболеваний и инсульта. Иногда операция может быть отложена, если оно слишком высокое. Если вы не проверяли кровяное давление за последний год или если оно недостаточно контролируется, попросите врача общей практики проверить его задолго до операции. Некоторые аптеки также предлагают проверку кровяного давления.

Если у вас есть аппарат для измерения давления или вы его одолжили, вы можете сообщить результаты врачу-терапевту. В некоторых клиниках есть автоматические измерители давления, и вам возможно не нужно записываться на прием, чтобы воспользоваться ими.

Если у вас высокое давление, терапевт может проверить лекарства, которые вы принимаете, и внести необходимые изменения перед операцией.

Изменение образа жизни может помочь контролировать и снизить высокое кровяное давление. Дополнительную информацию можно найти здесь:

<https://bit.ly/3ymfkhP>



Анемия (низкий уровень железа в крови)

Лечение анемии перед операцией снижает вероятность необходимости переливания крови. Это также поможет выздоровлению и позволит вам чувствовать себя менее уставшим после операции.

Треть взрослых пациентов, перенесших серьезную операцию, страдают от анемии. Если у вас было кровотечение или есть хроническое заболевание, попросите у врача-терапевта направление на анализ крови, чтобы проверить, нет ли у вас анемии.

Анемия должна быть диагностирована как можно раньше, чтобы лечение было эффективным. Если вы обеспокоены тем, что у вас может быть анемия, вам следует обсудить лечение с терапевтом, фармацевтом или операционной бригадой, чтобы улучшить показатели крови перед операцией.

Многим людям с железодефицитной анемией может помочь диета, содержащая богатые железом продукты, такие как листовые овощи, мясо и орехи. Некоторым людям также нужен витамин В12 и фолиевая кислота:

- железо содержится в красном мясе, бобах и орехах
- витамин В12 содержится в мясе, рыбе, сыре и яйцах
- фолиевая кислота содержится в зеленых листовых овощах, брокколи, побегах брюссельской капусты, спарже, горохе, нуте, коричневом рисе и печени.

На ранних стадиях анемия обычно лечится приемом препаратов железа и соблюдением богатой железом диеты. В некоторых случаях может быть предложено внутривенное введение препарата железа. Это работает быстрее, чем таблетки, но существуют некоторые дополнительные риски. Внутривенное введение обычно предлагается, если операция не может быть отложена.

Дополнительную информацию можно найти здесь: <https://bit.ly/3OMo0DD>



Сердечные, легочные и другие болезни

Если у вас есть хронические заболевания, подумайте над тем, чтобы попросить врача-терапевта пересмотреть ваши лекарства, особенно, если вы считаете, что ваше здоровье не такое хорошее, как могло бы быть.

Тревога и психическое здоровье

Большинство людей испытывают тревогу по поводу операции. Если мысль о поступлении в больницу сильно тревожит вас или расстраивает, может быть полезным обсудить эту проблему со своим терапевтом. В некоторых районах терапевт может направить вас для получения более специализированной поддержки.

Дополнительную информацию о том, как справиться с тревогой перед операцией, можно найти здесь: coa.ac.uk/managing-anxiety-operation

Многие методы, включая упражнения на осознанность и расслабление, дыхательные упражнения и йогу, могут помочь вам расслабиться до и после операции.

Если вы принимаете лекарства от психических расстройств, важно сообщить об этом в больнице во время предоперационной подготовки. Обычно пациентов просят продолжать прием этих лекарств во время всего пребывания в больнице. Важно иметь эти лекарства при себе в больнице. Вам также может быть оказана любая конкретная поддержка, которая вам может понадобиться во время пребывания в больнице или по возвращении домой.

Дополнительную информацию и поддержку можно найти на сайте НСЗ «Лучшее здоровье – каждый ум имеет значение»: <https://bit.ly/3ymSS8n>



Здоровье зубов

Если у вас есть шатающиеся зубы или коронки, посещение стоматолога уменьшит риск повреждения зубов во время операции.

Также перед операцией важно обеспечить хорошую гигиену полости рта, чтобы зубы и десны были в хорошем состоянии, так как это снизит риск инфекции.

Дополнительную информацию можно найти здесь: <https://bit.ly/3QPMTjA>

Практическая подготовка к операции

Поступление в больницу на операцию может быть тревожным временем. Поговорите с семьей и друзьями о том, что ложитесь в больницу, и скажите им, как они могут вам помочь. Не стоит недооценивать то, каким уставшим вы будете чувствовать себя после операции.

Заблаговременно до операции обдумайте приведенный ниже список.

- ✔ **Как я буду проводить время?** Возьмите наушники, чтобы слушать музыку, книги, планшет или головоломки. Не забудьте зарядные устройства.



- ✔ **Что я могу сделать, чтобы расслабиться?** Освойте дыхательные методы и упражнения на осознанность, попробуйте йогу или слушайте расслабляющую и успокаивающую музыку.
- ✔ **Что необходимо подготовить дома?** Возможно, что вам будет сложно передвигаться по возвращении из больницы. Подумайте над тем, чтобы подготовить себе спальное место на первом этаже и приобрести вспомогательные средства передвижения, если вы считаете, что они вам пригодятся, однако в целом выздоровление наступит быстрее, если вы будете продолжать двигаться после операции.
- ✔ **Кто позаботится о моих пожилых родственниках?** Если друзья или члены семьи не могут помочь с этим, свяжитесь со своим местным советом и службой оказания помощи: carers.org.
- ✔ **Как я доберусь до больницы и обратно?** Может ли кто-то вас отвезти? Если вам полагается больничный транспорт, больница может его организовать.
- ✔ **Есть ли у меня дома достаточно простой в приготовлении еды или полезных перекусов?** Подумайте, кто мог бы помочь вам в приготовлении еды или походах за покупками после операции. Возможно, вам стоит воспользоваться услугой доставки продуктов из супермаркета или приготовить замороженные блюда до того, как отправиться в больницу.
- ✔ **Кто присмотрит за моими детьми или домашними животными?** Попросите друзей и родственников помочь вам или быть наготове в случае необходимости. Возможно, им также необходимо будет отпроситься на работе, чтобы помочь вам присмотреть за детьми. Если вам будет очень трудно заботиться о детях после операции, обратитесь в ваш местный совет или к патронажному медработнику.



- ✔ **Достаточно ли у меня лекарств и аккумуляторов для слухового аппарата на время в больнице и по прибытии домой?** Как правило, вас попросят взять свои лекарства в фабричной упаковке с собой в больницу. Не забудьте забрать их и все свои личные вещи домой при выписке.

- ✔ **Есть ли у вас дома безрецептурные обезболивающие?** Они могут быть необходимы вам в период восстановления, согласно рекомендациям больницы.
- ✔ **Что взять с собой?** Если вы остаетесь в больнице на ночь, вам следует подумать о предметах гигиены, белье, комфортной одежде и крепкой обуви, которую легко одевать. Важно начать вставать с постели, одеваться и двигаться как можно скорее после операции. Те, кто это делают, выписываются и восстанавливаются быстрее. Температура в больнице может быть меняться, поэтому лучше иметь несколько слоев одежды. См. дополнительную информацию с рекомендациями НСЗ на веб-сайте: <http://bit.ly/2KV68Ks>
- ✔ **Что еще хорошо было бы сделать?** Приведите дом и сад в порядок. Не запускайте дела и финансы. В таком случае вам не придется волноваться из-за них в период восстановления.
- ✔ **Кому следует знать, что вы ложитесь в больницу?** Обычно практическую помощь оказывают друзья и семья. Также хорошо, если вам будет с кем поговорить, пока вы поправляетесь дома. Многие захотят помочь вам в период восстановления, поэтому заранее дайте им знать, как они могут это сделать.
- ✔ **Необходимо ли принять душ/ванну перед больницей?** Это важно сделать, чтобы минимизировать риск инфекции. Вам также могут дать антисептическое средство для душа, чтобы дополнительно снизить этот риск.



- ✔ **Что если операция будет отложена?** Команда предоперационной подготовки свяжется с вами, если процедуру необходимо перенести, и сообщит, если будет нужно снова начать принимать какие-либо препараты.

Практические вопросы об операции для периперационных врачей

Врачи периперационной подготовки в больнице обсудят с вами вопросы об анестезии, операции и периоде восстановления. Они расскажут о конкретных потенциальных рисках, связанных с анестезией и операцией, а также о том, какие у вас есть варианты. Они дадут вам информацию для ознакомления дома. Вам дадут номер телефона, по которому вы можете звонить в случае возникновения иных вопросов.

Чем лучше вы подготовитесь, тем проще будет весь процесс.

Ниже приведены вопросы, которые полезно будет задать периоперационным врачам.

- За какое время до операции мне нужно перестать есть и пить?
- Нужны ли какие-либо изменения в моем приеме лекарств до и в день операции?
- Что мне взять с собой в больницу?
- Необходимо ли мне снять лак или гель с ногтей или пирсинг?
- Могут ли ко мне приходиться посетители? В какие часы они могут приходиться?
- Кто в больнице сможет побрить меня перед операцией, если необходимо?
- Когда я смогу начать пить, есть и двигаться (вставать и ходить) после операции? Мне сказали, что это ускорит мою выписку?
- Когда я смогу поехать домой?
- Какая помощь по дому может понадобиться мне после операции?
- Как скоро я могу принять душ/ванну?
- Что мне стоит делать или не делать во время восстановления?
- Будут ли у меня швы или скобки, которые необходимо снимать?
- На какое время мне отпрашиваться с работы?
- Кто даст мне документы для оформления больничного и возвращения на работу?
- Нужно ли приходиться на осмотры после операции?
- Как скоро я снова смогу ходить/плавать/играть в гольф/бегать?
- Когда я смогу водить автомобиль?
- Как скоро я смогу в целом вернуться к обычной жизни?

Здесь вы можете прочитать часто задаваемые вопросы об анестезии: rcoa.ac.uk/patientinfo/faqs



Чего ожидать в процессе выздоровления?

Процесс выздоровления начинается сразу же после завершения операции, когда вы еще находитесь в госпитале. Теперь при проведении многих хирургических процедур не требуется соблюдать постельный режим после операции или отказываться от приема внутрь лекарств и пищи. Во многих больницах стремятся сделать так, чтобы вы начали пить, есть и двигаться в течение 24 часов после операции. Пациенты, которые так себя ведут, выписываются быстрее, и число осложнений сокращается. Узнайте у медицинских работников, когда вы можете пить, есть и двигаться после операции.

Прежде чем вас выпишут из больницы, медсестра выдаст вам памятку с информацией о том, что ожидать во время восстановительного процесса дома и как можно контролировать боль, которую вы можете испытывать. Памятка также включает информацию о том, на что следует обратить внимание и телефонный номер для экстренных случаев.

Наш информационный лист с наиболее распространенными хирургическими операциями включает более подробную информацию о том, как подготовиться к различным видам хирургического вмешательства и возможным последствиям.

Практическая помощь для поддержания мотивации во время выздоровления

В зависимости от типа проводимой операции процесс реабилитации может занять несколько недель. Не беспокойтесь, если в отдельные дни самочувствие лучше, чем в другие. Это нормально. Полезно вести дневник выздоровления, который можно продолжать после выписки домой. Попробуйте установить режим и просыпайтесь утром в одно и то же время. Список задач на день поможет вам структурировать ваш день и контролировать прогресс.

Посещения и телефонные звонки родственников и друзей поднимут вам настроение и будут способствовать достижению ваших целей. Пользуйтесь WhatsApp, Facetime и онлайн-платформы типа Zoom, чтобы оставаться на связи, если у вас есть такая возможность. Однако старайтесь не утомляться.





Дополнительные ресурсы, доступные онлайн

Королевский колледж анестезиологов (rcoa.ac.uk/patient-information/translations/russian)

- Подготовка к операции: Анимация «Здоровее Лучше Скорее» и брошюры с информацией об операции.
- Уход за людьми после общего наркоза или седации.
- Риски, связанные с анестезией.
- Серия информационных материалов для пациентов.
- Информация для детей, родителей и лиц, осуществляющих уход.

Центр для периоперационного ведения больных

- Ресурсы по совместному принятию решений: <https://bit.ly/3AaQFOL>.
- Руководство для взрослых пациентов, которых оперируют во время COVID-19: <https://bit.ly/3NrmcPe>.

«Здоровее Лучше Скорее» НСЗ

- Моя роль и мои обязанности в обеспечении быстрого восстановления: <https://bit.ly/3a2kdDh>.

Британская диетическая ассоциация

- Информация о диете и питании: <https://bit.ly/3u8hTSa>.

Королевский колледж хирургов Англии

- Восстановление после операции: <http://bit.ly/2NdA1SH>.

Что означает «ускоренная реабилитация»?

Ускоренная реабилитация – это программа, нацеленная на скорейшее восстановление организма после серьезного оперативного вмешательства. Персонал больницы изучит все данные о том, что вы и они можете делать до, во время и после операции, чтобы улучшить ваши шансы на быстрое и полное выздоровление. Это поможет вам быстрее выписаться домой.

Программы различаются в зависимости от типа вашей операции и больницы, где вас лечат, но они могут включать в себя:

- улучшение вашего физического состояния до операции, если на это есть время
- лечение любых других хронических заболеваний
- сокращение периода голодания перед операцией за счет употребления воды и углеводных напитков
- лекарства для предотвращения тошноты после операции
- рассмотрение лучших способов обезболивания во время операции

- использование местной блокады анестетиком или обезболивающего средства, если возможно
- наилучшее обезболивающее средство после операции, чтобы вы могли начать двигаться раньше
- рекомендации пить, есть и двигаться в течение 24 часов после операции
- сокращение времени введения катетеров и капельниц
- обучение упражнениям, которые помогают восстановлению после операции.

Следуя программе ускоренной реабилитации, обычно можно избежать некоторых осложнений после операции. Это также уменьшает вероятность того, что вам потребуется вернуться в больницу снова.

Заявление об отказе от ответственности

Мы очень стараемся, чтобы информация, предоставленная в данном буклете, была точной и актуальной, однако мы не можем этого гарантировать. Мы не обещаем, что эта общая информация охватит все возникающие у вас вопросы или будет связана со всем, что важно для вас. Вы должны обсудить ваш выбор и любые переживания, возникшие у вас, с вашей медицинской командой, используя данный буклет в качестве руководства. Отдельно взятая из данного буклета информация не может рассматриваться в качестве рекомендации. Она не может быть использована в коммерческих целях. Для получения дополнительной информации, перейдите, пожалуйста, по ссылке (rcoa.ac.uk/patient-information/translations/russian).

Все переводы предоставляются переводческим сообществом при организации Translators Without Borders (Переводчики без границ). Качество переводов тщательно проверяется, чтобы они были настолько точными, насколько это возможно, однако существует риск неточностей и искажения некоторой информации.

Нам важно ваше мнение

Мы рады предложениям по улучшению данной брошюры. Если у вас есть любые общие замечания, присылайте их по электронной почте по адресу: patientinformation@rcoa.ac.uk

Royal College of Anaesthetists (Королевский колледж анестезиологов)

Churchill House, 35 Red Lion Square, London WC1R 4SG

020 7092 1500

rcoa.ac.uk



2-е издание, май 2022 года

Брошюра подлежит пересмотру в течение пяти лет после даты ее публикации.

© 2022 Королевский колледж анестезиологов

Данная брошюра может быть использована в целях создания информационных материалов для пациентов. При цитировании необходимо ссылаться на данный оригинальный источник. Если вы хотите использовать часть материалов данной брошюры для других публикаций, то ссылка на источник обязательна. При этом все логотипы, брендинг и изображения следует удалить. Свяжитесь с нами для получения дополнительной информации.