

IMPORTANT:

Patients and Caregivers:
For your safety and convenience, the English version of this handout is included at the end of this document. Please print both versions, and take them with you to your clinic or doctor visit. This

HARBORVIEW
MEDICAL CENTER

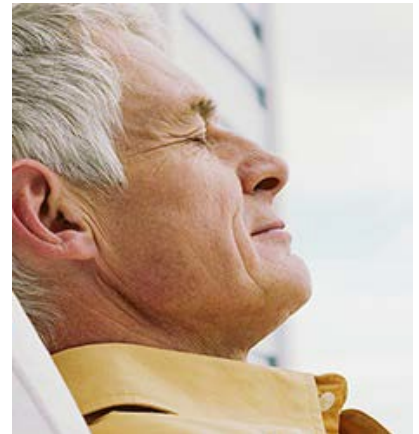
После Вашей нейрохирургии

Самообслуживание на дому

Эта листовка предоставляет рекомендации по самообслуживанию для соблюдения после Вашей нейрохирургии.

Утоление боли

- Для утоления небольшой и умеренной боли Вы можете принимать нестероидные противовоспалительные препараты (NSAIDS), как-то ibuprofen (Advil, Motrin) или naproxen (Aleve, Naprosyn). В отношении дозировки следуйте указанием на упаковке.
- После операции возможно Вас выпишут домой с назначением краткосрочного курса сильного обезболивающего. **Принимайте лекарство только так, как Вам было указано.** Если Вам потребуются дополнительные партии, обсудите это с Вашим семейным врачом (PCP).
- Если Вы не подвергались *краниэктомии (удаление черепной кости)*, Вы можете воспользоваться ледяным компрессом для утоления боли. Для безопасности кожи Вашего черепа, подложите чистое полотенце под ледяной компресс.



Обеспечьте достаточный покой, пока Ваш организм восстанавливается после операции.

Принятие душа

- В течении **5^и дней** после операции, содержите Вашу голову в сухости. Покрывайте Ваши волосы душевой шапочкой при принятии душа.
- По истечении 5^и дней Вам разрешается мыть голову. Для этого:
 - Легко помассируйте Ваш черепной покров и область хирургической раны.
 - Воспользуйтесь мягким мылом **без** парфюмерных добавок или активных составляющих.

Уход за хирургической раной

- Ваша хирургическая рана будет закрыта скобками или *сутурами* (швами). Их будет необходимо удалить 14 дней спустя операции. Это может быть осуществлено либо Вашим семейным врачом, либо в клинике Нейрохирургии.

- Вам не потребуется накладывать повязку на Вашу рану, если только Ваш врач или медбрат не укажет Вам иначе.
- Со временем Ваша рана начнёт покрываться струпом (корочкой). **Не** соскабливайте этот струп. Когда придёт время мыть Ваши волосы, это поможет естественному удалению струпа (см. “Принятие душа” на стр. 1).
- Для предотвращения развития инфекции, пока Ваша хирургическая рана полностью не зажила:
 - **Не** плавайте и **не** погружайте Вашу голову в воду.
 - **Не** пользуйтесь париками и головными уборами.
 - **Не** пользуйтесь красками или сушками для волос. (Вы можете покрасить волосы до операции.)
- Проверьте состояние Вашей раны каждый день. Позвоните в клинику если у Вас появились:
 - Признаки инфекции, как-то жар в области раны, выделения с неприятным запахом (гной), покраснение, или температура выше 101.5°F (38.6°C)
 - Большое количество выделений или отёчность

Деятельность

В течении **2 недель** после операции:

- **Не** наклоняйтесь вперёд, сгибаясь в пояснице. Очень важно не оказывать никакого давления на голову.
- **Не** поднимайте более чем 4.5 кг. (Галлон молока весит около 3.5 кг.)
- **Не** напрягайтесь во время опорожнения кишечника. Если движение Вашего кишечника замедлилось или образовался запор:
 - Употребляйте больше клетчатки. Ешьте фрукты и листовые зелёные овощи в достаточном количестве.
 - Пейте достаточно жидкости; от 6^и до 8^и полных стаканов в день.
- Избегайте любой деятельности увеличивающей Ваш сердечный ритм.
- Часто прогуливайтесь для ускорения Вашего выздоровления.

Что ожидать

После такой операции следует ожидать:

- **Онемение в области надреза.** Для восстановления полной чувствительности Вам может потребоваться несколько месяцев. По ходу заживления раны, Вы также можете периодически испытывать острую боль.
- **Отёчность после продолжительного лежания.** Вашему организму потребуется время для усвоения жидкости, вызывающей отёчность.
- **Выделения.** Они должны уменьшиться, а затем прекратиться по истечении нескольких дней.

Вопросы?

Ваши вопросы весомы. Свяжитесь с Вашим врачом или другим медицинским работником в случае возникновения вопросов или озабоченности.

В рабочие дни с 8:00 до 16:00 звоните в Harborview Neurosurgery Clinic по телефону 206.744.9300 и выберите 2^у.

В нерабочее время, и по выходным и праздникам звоните по телефону 206.744.9300.

- **Повышенная болезненность в области раны.** Она будет продолжаться в течении нескольких недель.
- **Тупая головная боль.** Она будет продолжаться в течении 1 – 2 недель.

Когда звонить нам

- Сообщите в клинику если у Вас развились:
 - Сильная или необычная головная боль
 - Головная боль, проходящая в положении лёжа
 - Чрезмерная усталость (разбитость)
 - Скованность мышц шеи
 - Тошнота или рвота
 - Проблемы с равновесием или головокружением
 - Трудность с походкой или нарушение координации
 - Проблема со зрением
 - Потеря контроля над удержанием кала или мочи
 - Изменения личности, спутанность сознания, проблемы с памятью конвульсивные приступы
 - Конвульсивные приступы
- **Немедленно вызывайте 911** если у Вас появились признаки инсульта (см. приложенную пиктограмму).

Симптомы инсульта

В	Е	Ф	А	С	Т
РАВНОВЕСИЕ	ГЛАЗА	ЛИЦО	РУКИ	РЕЧЬ	ВРЕМЯ
					
ПОТЕРЯ РАВНОВЕСИЯ, ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, Головокружение	МУТНОЕ ЗРЕНИЕ	ОДНОСТОРОННЕ Е ОПУЩЕНИЕ ЛИЦЕВЫХ МЫШЦ	СЛАБОСТЬ В РУКЕ ИЛИ НОГЕ	ЗАТРУДНЕНИЕ РЕЧИ	СПЕШИТЕ ВЫЗВАТЬ СКОРУЮ 911!

Заучите буквы **BE FAST (СПЕШИТЕ)** чтобы запомнить как выглядят симптомы инсульта и что предпринять в случае возникновения одного или более из этих симптомов.

After Your Neurosurgery

Self-care at home

This handout gives self-care instructions for you to follow at home after your neurosurgery.

Pain Control

- For mild to moderate pain, you may take *non-steroidal anti-inflammatory drugs* (NSAIDs) such as ibuprofen (Advil, Motrin) or naproxen (Aleve, Naprosyn). Follow dose instructions on the bottle.
- We may also give you a short-term prescription for stronger pain medicine. **Take this medicine only as prescribed.** If you need refills, talk with your primary care provider (PCP).
- If you did **not** have a *craniectomy* (removal of bone), you may use an ice pack to help with pain. To protect your scalp, place a clean towel between your scalp and the ice pack.



Get plenty of rest while your body heals from surgery.

Showering

- For **5 days** after surgery, keep your head dry. Cover your head with a shower cap when you take a shower.
- After 5 days, it is OK to wash your hair. To do this:
 - Gently massage your scalp and incision area.
 - Use mild soap with **no** added scents or active ingredients.

Incision Care

- Your incision will be closed with staples or *sutures* (stitches). These will need to be removed 14 days after surgery. This can be done by your PCP or at the Neurosurgery Clinic.
- You do not need to put a bandage on your incision, unless your doctor or nurse tells you to.

- Scabs will form along your incision. Do **not** remove the scabs. When it is OK to wash your hair, this will help the scabs fall off by themselves (see “Showering” on page 1).
- To prevent infection, until your incision is well healed:
 - Do **not** go swimming or put your head under water.
 - Do **not** wear hats or wigs.
 - Do **not** use hair dye or hair dryers. (You may use hair dye before surgery.)
- Check your incision every day. Call the clinic if you have:
 - Signs of infection such as heat, bad-smelling drainage (pus), redness, or a fever higher than 101.5°F (38.6°C)
 - Increased drainage or swelling

Activity

For **2 weeks** after your surgery:

- Do **not** bend over at the waist. It is important not to put any pressure on your head.
- Do **not** lift anything that weighs more than 10 pounds. (A gallon of milk weighs almost 9 pounds.)
- Do **not** strain when having a bowel movement. If you have slow bowels or constipation:
 - Eat more fiber. Eat plenty of fresh fruits and green leafy vegetables.
 - Drink lots of fluids, 6 to 8 full glasses a day.
- Avoid doing any activity that increases your heart rate.
- Walk often to speed your recovery.

What to Expect

After this surgery, it is normal to have:

- **Numbness at your incision site.** You may not regain full feeling for many months. You may also have sharp pains as your incision heals.
- **Swelling after you lie flat for long periods.** It will take time for your body to absorb the fluids that cause the swelling.
- **Drainage.** This should lessen and then stop after several days.
- **Tenderness around your incision.** This will last for several weeks.
- **A dull headache.** This will last for 1 to 2 weeks.

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or other healthcare provider if you have questions or concerns.







Weekdays 8 a.m. to 4 p.m., call Harborview Neurosurgery Clinic at 206.744.9300 and press 2.

After hours and on weekends and holidays, call 206.744.9300.

When to Call

- Call the clinic if you have:
 - Severe or unusual headache
 - Headache that is better when you lie down
 - Fatigue (feel very tired)
 - A stiff neck
 - Nausea and vomiting
 - Problems with balance or dizziness
 - A hard time walking, or poor coordination
 - Problems with your vision
 - Loss of bowel or bladder control
 - Personality changes, confusion, or memory problems
 - Seizures
- **Call 911 right away** if you have symptoms of a stroke (see graphic below).

Stroke Symptoms

B		E		F		A		S		T	
BALANCE		EYES		FACE		ARMS		SPEECH		TIME	
											
Balance problems, headache, dizzy		Blurred vision		One side of face droops		Arm or leg weakness		Speech problems		Time to call 911!	

Use the letters **BE FAST** to remember what stroke symptoms look like, and what to do when one or more of these symptoms occur.