



**5 Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką SP ZOZ
w Krakowie**

Klinika Kardiologii

ul. Wrocławska 1-3, 30-901 Kraków
tel. 12 63 08 230

ZALECENIA PIELEŃNIARSKIE DLA PACJENTA

PO ZABIEGU WSZCZEPIENIA STYMULATORA SERCA

(ROZRUSZNIKA)LUB KARDIOWERTERA-DEFIBRYLATORA

Wskazówki po wypisie ze szpitala:

- dbaj aby rana pooperacyjna była czysta i sucha,
- obserwuj ranę pooperacyjną w kierunku: zaczerwienienia, bólu, temperatury, obrzęku miejscowego lub wysięku z rany,
- unikaj gorących kąpielii w wannie (preferowany letni prysznic),
- nie stosuj miejscowo w okolicy stymulatora żadnych maści ani płynów dezynfekujących,
- unikaj podnoszenia kończyny po stronie rany pooperacyjnej, nie wykonuj szerokich ruchów przez kilka dni po wszczępieniu stymulatora, następnie stopniowo zwiększaj aktywność ręki w kolejnych dniach,
- unikaj podnoszenia ciężarów powyżej 5 kg,
- nie dopuszczaj do ucisku na okolicę wszczępienia stymulatora, nie noś niczego co mogłoby uciskać tę okolicę (np. obcisłe ubranie, gorset, szelki),
- nie leż na brzuchu, nie uciskaj stymulatora,
- nie manipuluj stymulatorem przez skórę,
- nie noś ciężkiego plecaka, a torbę noś na drugim ramieniu,
- rozrusznik nie zwalnia od zapinania pasów bezpieczeństwa podczas jazdy samochodem.
- nie należy wykonywać czynności z uniesionymi wysoko rękoma np. wieszanie firanek.

W okresie tuż po zabiegu wskazane jest wstrzymanie się od:

- prowadzenia samochodu, ponieważ wymaga to silnego zaangażowania ramion i może nieco podrażniać gojącą się ranę pooperacyjną.

Przeciwwskazane są także dyscypliny sportowe: np. wioślarstwo, kulturystyka oraz dyscypliny, których uprawianie polega na wielokrotnym powtarzaniu tych samych ruchów, zwłaszcza górnej części ciała.

- unikaj energicznych ruchów przemieszczających obojczyk np. koszenie trawy, grabienie, podrzucanie widłami słomy, rąbanie drzewa,
- nie korzystaj z sauny,
- nie przebywaj w zasięgu dużych pól magnetycznych i elektromagnetycznych np. linii wysokiego napięcia, wieże przesyłowe telefonii komórkowej, nadajniki radiowe i telewizyjne, stacje nadawcze, generatory prądu,
- nie korzystaj z elektronicznych mierników tkanki tłuszczowej gdyż powodują przepływ prądu przez ciało i mogą zakłócać pracę stymulatora,

- urządzenia i przedmioty związane z hobby, wyposażone w silniki lub magnesy lub generujące pola elektromagnetyczne mogą zakłócać działanie stymulatora serca,
- unikaj pracy z elektronarzędziami gdy jesteś sam.

W pierwszych tygodniach po wszczepieniu rozrusznika możesz:

- wkładać miękką tkaninę pod pas bezpieczeństwa, aby nie drażnił okolicy gojącej się rany,
- zrezygnuj z dziedzin sportu, które mogłyby spowodować wstrząśnienia, upadki np. sporty walki (boks czy karate), wyczynowa jazda na rowerze, na nartach, gra w piłkę nożną, jazda konna, gry w golfa, a także z polowania, wędkowania.

Korzystając z telefonu komórkowego przykładaj go do ucha po przeciwnej stronie od zaimplantowanego rozrusznika (zalecana odległość około 20 cm),

- nie noś telefonu komórkowego w kieszeni po stronie wszczepionego rozrusznika,
- nie przewieszaj na szyi słuchawek od telefonu i innych elektryczne urządzenia przenośne nie powinny być przenoszone bezpośrednio nad stymulatorem serca.

NALEŻY ZACHOWAĆ ODLEGŁOŚĆ:

- **co najmniej 15 cm** od stymulatora np. od mikserów kuchennych, słuchawek, głośników, zamknięć magnetycznych, elektrycznych szczoteczek do zębów i ładowarki do ultradźwiękowych szczoteczek do zębów, maszyn do szycia, suszarek do włosów, maszynek do golenia zasilanych z gniazdka,
- elektronicznego ogrodzenia dla zwierząt, pilota, obroży, anteny, elektrycznych narzędzi,
- **co najmniej 30 cm** od lutownic, demagnetyzerów, silników spalinowych,
- nie nachylaj się nad pracującym rozrusznikiem samochodu, wyłącz silnik przed dokonaniem jakichkolwiek regulacji,
- przebywaj nie bliżej niż na odległość wyciągnięcia ręki od piekarnika czy kuchenki mikrofalowej,
- **zachowaj odległość co najmniej 60 cm** od domowych piecy elektrycznych,
- pozostań w bezpiecznej odległości od **kuchenki indukcyjnej**.

W przypadku odczuwania w pobliżu urządzeń elektrycznych przyspieszonego bicia serca, nieregularnego tętna lub zawrotów głowy oddal się od urządzeń elektrycznych lub wyłącz je. Poinformuj o tym lekarza.

ZALECANE JEST:

- na lotnisku przed kontrolą bezpieczeństwa poinformuj kontrolujących o wszczepionym stymulatorze. Wykrywacze metali mogą zakłócać pracę rozrusznika. Przechodząc przez bramkę systemu zabezpieczającego na lotnisku, budynkach sądów, więzieniach lub systemów antykradzieżowych w supermarkecie zrób to szybko, bez zatrzymywania się
- **podczas przechodzenia przez system zabezpieczający nie dotykaj** powierzchni metalowych w pobliżu sprzętu skanującego, nie należy zatrzymywać się ani opierać o bramkę systemu. Muszą Państwo w razie potrzeby zwrócić uwagę, że noszą Państwo stymulator serca, którego metalowa obudowa może wywołać alarm.

W przypadku wykorzystywania wykrywacza ręcznego należy poprosić pracownika ochrony aby nie zbliżał go do stymulatora ani nie przesuwiał wykrywaczem nad miejscem gdzie się on znajduje, należy okazać kartę identyfikacyjną stymulatora i poprosić o kontrolę alternatywną

- Podróże samolotem, pociągiem, statkiem czy samochodem nie stanowią problemu dla osób z wszczepionym stymulatorem.

Podczas podróży zalecane jest aby mieć przy sobie opaskę, legitymację z informacją o wszczepionym urządzeniu- tak, by na wypadek konieczności udzielenia pomocy medycznej ratownicy oraz lekarze wiedzieli o wszczepionym urządzeniu od razu i odpowiednio dostosowali swoje działania medyczne.

- ciąża nie ma żadnych ograniczeń do zajścia w ciążę,
- posiadanie stymulatora nie ma wpływu na przebieg ciąży i porodu, rozwiązanie cięciem cesarskim wskazane jest jedynie ze wskazań ginekologicznych.

W RAZIE KONIECZNOŚCI PODDAWANIA SIĘ ZABIEGOM MEDYCZNYM

poinformuj lekarza, stomatologa, pielęgniarkę, technika o wszczepionym rozruszniku

- ZABIEGI i BADANIA BEZPIECZNE DLA PACJENTA; stomatologiczne, tomografia komputerowa (TK), RTG, mammografia.
- ZABIEGI i BADANIA NIEZALECANE; rezonans magnetyczny (MRI), diatermia.
- DIAGNOSTYKA Z UŻYCIEM MRI – jest dozwolona w przypadku zastosowania nowoczesnych kardiostymulatorów przy spełnieniu określonych warunków. Należy zapoznać się z uwagami, które znajdują się w legitymacji pacjenta z wszczepionym rozrusznikiem. Wymagana jest wtedy kwalifikacja Kardiologa i Radiologa.

STARAJ SIĘ NOSIĆ ZAWSZE PRZY SOBIE LEGITYMACJĘ STYMULATORA

- nie wolno wchodzić na teren oznaczony symbolem zakazu wstępu osobom posiadającym stymulator / rozrusznik serca,
- znak Zakazu wstępu z rozrusznikiem serca lub defibrylatorem



- wszczepiony rozrusznik powinien być regularnie sprawdzany w gabinecie kontroli rozruszników,
- trwałość baterii jest uzależniona od typu stymulatora, obrazu klinicznego choroby i częstości stymulacji serca,
- lekarz podczas regularnych kontroli sprawdza także stan baterii,
- typowe stymulatory pracują przez wiele lat,
- bliższe informacje uzyskają Państwo u swojego lekarza. Termin kontrolnych wizyt ustala lekarz,
- przestrzegaj terminów wizyt lekarskich.