

CARDIO ASSIST

**Manual de Pós-Operatório de Cirurgia Cardíaca Realizada
por Técnica Minimamente Invasiva (MICS)**

**Orientação
aos
Pacientes**

CARDIAC ASSIST





Prezado(a) Paciente,

Você acabou de ser submetido a uma **cirurgia cardíaca** minimamente invasiva. Essa cirurgia (“sem abrir o osso do peito” ou por abertura parcial do osso esterno) promove um menor tempo de internação, menor dor no pós-operatório e uma mais rápida recuperação para suas atividades habituais.

Ao retornar para casa após a alta hospitalar, é comum que você tenha dúvidas sobre o que pode fazer e como. Aqui, procuramos abordar as dúvidas mais frequentes, mas não hesite em nos contatar caso haja necessidade.



1/16

Retomada das Atividades após a Alta Hospitalar

Retomada das Atividades após a Alta Hospitalar



Desde o dia de sua alta hospitalar, você não está proibido de sair de casa, de subir escadas, de passear, etc. Apenas lembre-se que você está numa fase de recuperação de uma cirurgia cardíaca e, assim, tudo deve ser feito de maneira gradual, **evitando todo e qualquer tipo de excesso.**

Evite excesso de esforço!

Retomada das Atividades após a Alta Hospitalar



Evite esforços físicos intensos, por exemplo, ou exercícios que o levem à exaustão. Evite também viagens muito longas. Se necessárias, é importante que você possa caminhar um pouco a cada duas horas. Essas orientações se aplicam para os 15 primeiros dias após a sua cirurgia.

Evite excesso de esforço!

CARDIO ASSIST

CLÍNICA CARDIOCIRÚRGICA



2/16

Emoções

Emoções



É normal que você esteja mais sensível, mais emotivo ou irritado. São também comuns alterações como dificuldade de concentração e de memória. No entanto, todos esses sintomas são passageiros e desaparecerão em poucas semanas.

É normal se estiver mais sensível.

CARDIO ASSIST

CLÍNICA CARDIOCIRÚRGICA



3/16

Cansaço e Anemia

Cansaço e Anemia



Ao sair do hospital, é provável que você esteja anêmico, ou seja, com diminuição dos glóbulos vermelhos no sangue. Isso é normal e, em geral, não necessita de tratamento algum. Uma boa alimentação rica em ferro ajuda muito na recuperação.

**Mantenha uma
boa alimentação!**

CARDIO**ASSIST**

CLÍNICA CARDIOCIRÚRGICA



4/16

Banho

Banho



O banho deve ser diário e com sabonete antisséptico (PROTEX ® ou LIFEBOUY ®). A **temperatura da água não deve ser muito quente**, pois isso pode lhe causar tonturas ou mal-estar.

Mantenha higiene!

Banho



Utilize sempre toalhas limpas e passadas a ferro a cada banho. Além disso, é de fundamental importância que você utilize uma toalha apenas para as cicatrizes, diferente daquela que você usa para enxugar o restante do corpo.

Use toalhas diferentes para as cicatrizes!

Banho



Antes do banho, use o vaso sanitário para urinar. Assim, você evita que o relaxamento do banho desperte a vontade de urinar, pois a urina não pode entrar em contato com as feridas operatórias. **Ao evacuar, realize a limpeza com lenço umedecido antes do banho.**

Limpe as cicatrizes antes do banho

5/16

Alimentação



Alimentação



O período pós-operatório não requer uma dieta especial, porém deve-se buscar uma alimentação rica em vegetais, legumes, carnes variadas e gorduras saudáveis.

Se alimente bem!

CARDIO ASSIST

CLÍNICA CARDIOCIRÚRGICA

Alimentação



Deve-se evitar alimentos altamente processados ou ricos em açúcares. No pós-operatório, é comum haver perda de apetite. Procure conversar com seu Cardiologista ou Nutricionista e busque alternativas para superar este período, que normalmente é curto. Quanto mais atividade física você fizer, mais rápido seu apetite retorna.

Se exercite!

5/16

Bebidas Alcohólicas



Bebidas Alcoólicas



Evite a ingestão de bebidas alcoólicas nos primeiros 30 dias após a alta hospitalar. Após este período, converse com seu Cardiologista Clínico sobre a frequência e quantidade que você poderá ingerir de bebidas alcoólicas sem causar impacto nas medicações que está tomando.

Evite álcool nos primeiros
30 dias.

CARDIO ASSIST

CLÍNICA CARDIOCIRÚRGICA



6/16

Atividade Sexual

Atividade Sexual



Você poderá retomar a atividade sexual após 10 dias de sua alta hospitalar. Esta atividade deve ser leve/moderada, evitando esforço em excesso. O uso de medicações que favoreçam a atividade sexual deverá ser conversado previamente com o seu Cardiologista Clínico.

Evite esforços!



7/16

Caminhadas

Caminhadas



São recomendadas, inicialmente de 20 a 30 minutos, em terreno plano e em horários de temperatura amena. Aumente progressivamente, tendo como meta caminhar 4 km em aproximadamente 1 hora, após dois meses da sua cirurgia. **Recomendamos que esteja sempre acompanhado, pois é possível que você sinta fraqueza e tonturas.**

Se exercite progressivamente!



8/16

Direção

Direção



Você deve evitar dirigir até 15 dias após a sua cirurgia. O trânsito pode demandar movimentos bruscos com o tórax e isso pode causar uma dor. Em um ato reflexo, essa dor pode fazer você largar as mãos do volante e bater o carro.

Evite dirigir por 15 dias para garantir sua segurança e recuperação após a cirurgia.

CARDIOASSIST

CLÍNICA CARDIOCIRÚRGICA

Direção



Além disso, seus reflexos podem estar prejudicados pela medicação. Assim, você não está proibido de andar de carro, mas sim de dirigir por 15 dias após a sua cirurgia.

Reflexos comprometidos: evite dirigir por 15 dias após a cirurgia.

9/16

Sono



Sono



Diferentemente da cirurgia convencional, você pode dormir na posição que achar mais confortável. Apenas evite dormir sobre a incisão nos primeiros 10 dias. Caso você tenha feito cirurgia com abertura parcial do osso esterno, durma de barriga para cima nos primeiros 20 dias.

Posições de sono pós-cirurgia: conforto é prioridade, mas evite pressão sobre a incisão.

10/16

Cicatrização da ferida- operatória e Curativos



Cicatrização da ferida-operatória e Curativos



As incisões realizadas na sua cirurgia passarão por diversos estágios de cicatrização. Depois da leve dor inicial no local, a ferida poderá formigar, coçar ou ficar dormente, na medida em que a cicatrização progredir.

Sensações como formigamento e coceira são normais durante o processo.

CARDIO ASSIST

CLÍNICA CARDIOCIRÚRGICA

Cicatrização da ferida-operatória e Curativos

É comum sentir dormência no lado do tórax, sobre a região mamária, se você foi submetido a uma cirurgia de revascularização do miocárdio com utilização das artérias mamárias. Esta dormência tem durabilidade e intensidade variáveis, mas costuma desaparecer em semanas.

Dormência no tórax após revascularização: geralmente desaparece em semanas.

Cicatrização da ferida-operatória e Curativos

As lesões operatórias devem ser mantidas sem curativo. A higiene da pele e das incisões cirúrgicas deverão ser realizadas diariamente, com água e sabonete antisséptico. Não retire qualquer crosta, ela protege os novos tecidos em crescimento.

Mantenha as lesões limpas, sem curativo, e não remova crostas.

Cicatrização da ferida-operatória e Curativos

Lave as mãos com frequência e obrigatoriamente sempre que utilizar o banheiro. Não receba sol sobre as cicatrizes durante os primeiros dois meses após a sua cirurgia. Esta ação evita que a cicatriz fique escura – o que pode ser para sempre. Caso você tome sol, proteja as incisões com roupa e use protetor solar.

Lave as mãos e evite sol nas cicatrizes por dois meses.

Cicatrização da ferida-operatória e Curativos



Não use nenhum tipo de curativo ou creme nas incisões. **Caso apresente algum processo inflamatório ou infeccioso e haja necessidade de algum curativo, você receberá orientação do seu Cirurgião Cardiovascular, da enfermeira ou outro cirurgião da equipe de cirurgia.**

Não use curativos ou cremes sem orientação médica.



11/16

Retirada dos Pontos

Retirada dos Pontos



Os pontos das incisões são realizados com fio absorvível, o que elimina a necessidade de retirada. Já os fios dos drenos não são absorvíveis e precisam ser retirados. Estes pontos serão retirados na consulta de retorno ao seu Cirurgião Cardiovascular.

Pontos absorvíveis não precisam ser removidos, mas os dos drenos serão retirados na consulta.

12/16

Medicações



Medicações



Na sua alta hospitalar, você receberá uma receita atualizada. Procure agendar uma consulta com seu cardiologista nos primeiros trinta dias após a sua alta. Ele determinará as medicações que você irá usar deste momento em diante. Até a consulta com seu cardiologista, siga todas as medicações prescritas na alta hospitalar.

Agende consulta com o cardiologista em até 30 dias e siga a receita da alta.



13/16

Dor

Dor



Ainda neste período, são comuns queixas de dor, que se acentuam em dias mais frios. Caso isso ocorra com você, utilize os analgésicos prescritos.

Dores comuns, especialmente no frio: use os analgésicos prescritos.

CARDIO ASSIST

CLÍNICA CARDIOCIRÚRGICA



14/16

Edema

Edema



No pós-operatório das cirurgias cardíacas é comum haver um acúmulo de líquido no seu corpo. Você poderá notar sua face, seus braços e pernas mais edemaciados (inchados).

Acúmulo de líquido é comum: inchaço no rosto, braços e pernas.

CARDIO ASSIST

CLÍNICA CARDIOCIRÚRGICA

Edema



Isto é normal e logo desaparece. Porém, se você foi submetido à cirurgia de revascularização do miocárdio, e nela foram retirados segmentos de veia de suas pernas, é comum um inchaço mais prolongado dos seus membros inferiores. Algumas ações podem melhorar essa situação, como caminhar.

Inchaço é normal, mas pode durar mais nas pernas. Caminhar ajuda a reduzir.

Edema



Outra recomendação é elevar o pé da sua cama em, aproximadamente, 15cm. Isto pode ser feito de forma simples, como colocar um cobertor por baixo de seu colchão nos pés da cama, fazendo que seu colchão, e suas pernas, fiquem mais elevados durante o sono e melhore o inchaço.

Eleve os pés da cama em 15cm para reduzir o inchaço nas pernas.

CARDIO ASSIST

CLÍNICA CARDIOCIRÚRGICA



15/16

Profilaxia com Antibióticos

Profilaxia com Antibióticos



Caso você tenha realizado uma cirurgia de troca valvar (tenha colocado uma prótese mecânica ou biológica), é fundamental a profilaxia com antibiótico antes de determinados procedimentos.

Profilaxia com antibiótico é essencial após cirurgia de troca valvar.

Profilaxia com Antibióticos



Entre estes procedimentos, estão as manipulações dentárias. Assim, todas as vezes que você for ao dentista, necessitará tomar uma ou duas doses de antibiótico.

Antibiótico é necessário antes de procedimentos dentários após troca valvar.

Profilaxia com Antibióticos



Pergunte ao seu Cardiologista Clínico qual esquema de antibióticos ele recomenda para você. Outros procedimentos, como exames e cirurgias que envolvam o intestino e o trato urinário, também necessitam dessa mesma profilaxia.

Consulte seu cardiologista sobre o antibiótico adequado para exames e cirurgias.



16/16

Consulta com seu Cirurgião Cardiovascular

Consulta com seu Cirurgião Cardiovascular



Após a sua alta hospitalar, você
deverá agendar uma consulta com
o seu Cirurgião Cardiovascular.

Agende consulta com seu Cirurgião
Cardiovascular após a alta hospitalar.

CARDIO ASSIST

CLÍNICA CARDIOCIRÚRGICA

Consulta com seu Cirurgião Cardiovascular



Nessa consulta, você deverá levar o relatório e sua receita de alta. Além disso, o Cirurgião avaliará o andamento da sua evolução pós-operatória, bem como esclarecerá todas as suas dúvidas inerentes à sua evolução.

Leve o relatório e a receita de alta para a consulta, onde sua evolução será avaliada.

CARDIO ASSIST

CLÍNICA CARDIOCIRÚRGICA

Consulta com seu Cirurgião Cardiovascular



Reforçamos que você deverá agendar uma consulta com seu Cardiologista Clínico até trinta dias após a sua alta hospitalar. É altamente recomendado que você inicie um programa de reabilitação cardiopulmonar imediatamente após a sua alta.

Agende consulta com o Cardiologista em até 30 dias e inicie a reabilitação cardiopulmonar.

CARDIO ASSIST

CLÍNICA CARDIOCIRÚRGICA

Consulta com seu Cirurgião Cardiovascular



Caso você necessite ou deseje acompanhamento de nutricionista, converse com seu Cardiologista Clínico sobre esta necessidade.

Converse com seu cardiologista sobre a necessidade de um nutricionista.

CARDIOASSIST

CLÍNICA CARDIOCIRÚRGICA



Caso você tenha alguma dúvida sobre as orientações após a alta hospitalar e o retorno para casa, entre em contato conosco através do telefone **(67)2180-0578 (WhatsApp e telefonia convencional)**. Estamos preparados para esclarecer suas dúvidas e auxiliá-lo(a) neste momento tão importante.

Fale conosco e tenha uma excelente recuperação.

CARDIO ASSIST

**Manual de Pós-Operatório de Cirurgia Cardíaca Realizada
por Técnica Minimamente Invasiva (MICS)**