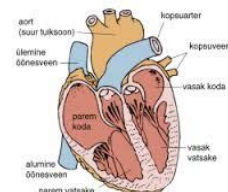
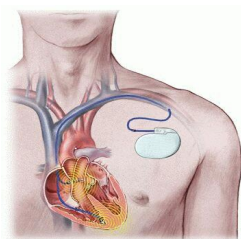


SÜDAMESTIMULAATORIGA PATSIENT

Käesolevast infomaterjalist leiab vajalikku ja meelde tuletavat informatsiooni patsient, kellele on paigaldatud südamestimulaator ehk kardiostimulaator.



Kuidas kodus edasi toimida?

Operatsioonist taastumine vajab aega!

Pärnu Haiglast koju minnes antakse Teile kaasa informatsioonivihik „Elu kardiostimulaatoriga“. Küsimuste tekkimisel palun helistada tööpäevadel 447 3349.

Haava paranemine (u. 2 nädalat):

- ❖ Hoidke haav puhas ja kuiv. Kui haav on punane, kuum, paistes ja sellest hakkab erituma vedelikku, tuleb sellest viivitamatult teavitada 447 3349 või pöörduda EMO-sse.
- ❖ Haiglas paigaldatud ravimkatttega plaaster kannatab üldpesu ning selle järgset kuivaks tupsutamist! Plaaster tuleb peal hoida kuni haavaniitide eemaldamiseni, kui plaaster on määrdunud, verine või äärtest lahti, siis asendada see peale iga üldpesu apteegist ostetava tavalise plaastriaga.
- ❖ Esimestel päevadel piirake füüsilist aktiivsust.
- ❖ Vältige ülemääraseid liigutusi südamestimulaatori poolse käega. Vältige venitusi, tõstmisi ja järske äkilisi liigutusi. Ka puude raiumisest võiks esimesel kahel nädalal hoiduda.
- ❖ Haava paranedes tuleb südamestimulaatori poolset kätt järk-järgult tavapäraselt kasutama hakkama!
- ❖ Paigaldatud südamestimulaatorit ei tohi naha all keerata/pöörata või jõuga selle asendit muuta.
- ❖ Haava valu korral on lubatud kasutada valuvaigistina tavapärases annuses Paracetamoli.

Haavaniidid eemaldame 10 – 12 päeval peale operatsiooni. Kui tulete õe juurde niite eemaldama, mõelge juba kodus rahulikult järele, mida küsida tahaksite. Kui eemaldate niidid perearsti juures, võite ise õele helistada (447 3349) ja oma küsimused esitada.

Stimulaatori esmase operatsioonijärgase kontrolli aja (u. 1,5 kuud peale paigaldamist) saate haiglast koju minnes, selle annab Teile palatiarst. Edaspidi peate ise stimulaatori kontrolliks aja broneerima, eelnevalt selleks perearstilt saatekirja võttes.

MIKS ON SÜDAMESTIMULAATORI JÄRELKONTROLLID VAJALIKUD?

Need rutiinsed kontrollid on väga vajalikud, mis aitavad arstil kindel olla, et seade töötab õigesti ja optimaalselt. Sellest oleneb stimulaatori eluiga. Mõnikord on vajalik reguleerimine. See on valutu protseduur. Kontroll toimub programmaatori abiga. Programmaator näitab ka informatsiooni, mida stimulaator on südame kohta kogunud. Esimesel kontrollil soovib arst kontrollida ka sisselõikekohta, et näha selle paranemist. Järelvisiitidel tuleb käia regulaarselt. Arst ütleb, kui tihti, sest see on erinevate patsientide ja seisundite puhul erinev.

Järelkontrolli aega tuleb Teil endal jälgida. Kui see aeg on kätte jõudmas, registreerige end Haigla registratuuris telefonil 447 3300. (Registreerige end 1-2 kuud varem, kuna järjekorrad võivad olla pikad).

Enne järelkontrolli tulekut võtke enda perearstilt saatekirja!

MIS VÕIVAD HÄIRIDA SÜDAMESTIMULAATORI TÖÖD?

- ❖ Turvasüsteemid, metalliotsijad (kui peatute turvasüsteemi kiirte väljas). Lennupass on haiglast kaasa antud plastik- või paberkaart stimulaatori ning patsiendi informatsiooniga.
- ❖ Kõrgepinge ülekandeliinid ja seadmed, tööstuslikud generaatorid.
- ❖ Halvas tehno seisundis või ebapiisavalt maandatud elektriseadmed.
- ❖ Tegevused, millega kaasnevad korduvad löögid, rappumised, tugevad vibratsioonid (suruõhuhaamer).

SÜDAMESTIMULAATORI PATAREI KESTUS

- ❖ Stimulaatori patarei tööiga on vähemalt 10-12 aastat. Vajadusel vahetatakse patarei samalaadse lõikusega nagu tehti paigaldus.
- ❖ Kui märgatakse patarei tühjenemist, tihendatakse järelkontrolli.
- ❖ Stimulaatori patarei ei saa kunagi tühjaks järsult.

Vahel on vajadus teha meditsiinilisi protseduure, alljärgnevalt on toodud ülevaade, millised protseduurid on stimulaatori piirkonnas lubatud ja millised keelatud.

Lubatud on:

- ❖ Röntgenuurinud
- ❖ Diagnostiline ultraheli (sonograafia)
- ❖ Kompuutertomograafia
- ❖ Mammograafia
- ❖ Fluroskopia

Keelatud on:

- ❖ MRT – magnetresonantstomograafia (MRT-uuringu jaoks on stimulaator vaja ümber programmeerida, kui teid suunatakse MRT-uuringule, andke suunavale raviarstile teada stimulaatori olemasolust).
- ❖ Magnetravi
- ❖ Diatermia
- ❖ Kiiritusravi
- ❖ Lühilaineravi (süvasoojusravi)

OLMETOIMINGUD

- ❖ Lubatud on dušši all käimine, leili võtmine, ujumine.
- ❖ Saunas käimisel on lubatud vihtlemine, kuid vältida tuleks südame stimulaatori piirkonda.
- ❖ Südamestimulaator ei mõjuta rasedust.
- ❖ Lubatud on mobiiltelefoni kasutamine.
- ❖ Lubatud on stimulaatori küljel magamine.
- ❖ Lubatud on keevitamine.

KUIDAS SÜDA TÖÖTAB?

Süda on lihas, mille sees on neli õõnsust – kaks koda ja kaks vatsakest.

Süda tõmbub kokku ja lõõgastub rütmiliselt, töötades nagu pump. Kui südamelihase lõõgastub, siis veri voolab südamesse ja kui süda tõmbub kokku, siis pumbatakse veri südamest välja teistesse organitesse.

Süda pumpab tänu elektrilisele süsteemile, mis vallandab südamelihase kokkutõmbed. Südamelihase kokkutõmme põhjustab südamekojast pärinev elektriline impulss, mis saab alguse siinussõlmest. Edasi liigub impulss ülejäänud südamele. Tavaliselt tekitab üks elektriline ühe südamelöögi.

Enamasti lööb süda ühes minutis 60 kuni 100 korda, kuid kõik inimesed on erinevad ning pulsisagedus võib erineda.

Südame löögisagedus sõltub vanusest, ärevuse või stressi olemasolust, füüsilisest pingutusest, kofeiini tarimisest, ravimitest või haigestumisest.

Osal inimestel ei teki rütmihäirete korral enesetundes mingisuguseid muutusi ning kodade virvendus leitakse juhuslikult arsti visiidil. Teised tunnetavad koheselt, et südame töö on ebaregulaarne.

Õppige tundma oma keha. Vahel on kodade virvenduse tekkel kindel põhjus - näiteks suurem stress. Õppige tähele panema muutusi enda enesetundes ja kontrollima pulssi regulaarselt.

Väga oluline on osata mõõta enda pulsisagedust. Südametööd saate kontrollida, kui katsute pulssi enda randmel.

Kuidas kontrollida pulssi?

- ❖ Võtke kell ja istuge rahulikult.
- ❖ Keerake peopesa ülespoole ja kallutage randmest pisut allapoole.
- ❖ Asetage nimetissõrm ja keskmine sõrm sinna, kust algab põial. Nüüd libistage sõrmi mõne sentimeetri võrra käsivarre suunas. Kui surute sõrmi nahal pisut kõvemini, tunnete enda pulssi.
- ❖ Lugege, kui palju pulsilööke Te 30 sekundi jooksul tunnete, seejärel korrutage need kahega. Nii saate teada enda südame löögisageduse ühe minuti jooksul.



SÜDAMETERVISELE SOBIV ELUVIIS

- ❖ Suitsetamisest loobumine
- ❖ Tervislik toitumine
- ❖ Füüsiline aktiivsus
- ❖ Vererõhu kontroll
- ❖ Emotsionaalse seisundi tasakaalustamine ja hirmu vähendamine

Tööpäevadel võite julgelt ühendust võtta õega telefonil 447 3349.

Pärnu Haiglas toimuvad ka õdede iseseisvad vastuvõtud. Meie õed aitavad Teid meeleldi soovitude ja õpetustega.

Südamehaigete nõustamine

K 10.00-12.00 tel. 447 3389; 447 3339

Oodatud on patsiendid, kellel on teostatud mõni südamehaigust ennetav protseduur või kes on põdenud südamelihase infarkti.

Õed nõustamise käigus:

- ❖ Selgitavad välja korduvate analüüside tegemise vajaduse (INR, veresuhkur, HbA1c, kolesteroolid, proBNP, jm).
- ❖ Annavad soovitusi toitumise osas.
- ❖ Koos patsiendiga vaadatakse üle tema igapäevased harjumuslikud tegevused ning vajadusel tehakse muudatused elustiilis.

Vererõhuprobleemidega patsientide nõustamine

E 11.00-12.00; K 12.00-13.00 tel. 447 3389; 447 3339

Oodatud on patsiendid, kellel on probleeme madala või kõrge vererõhuga.

Õed nõustamise käigus:

- ❖ Püüavad välja selgitada madala või kõrge vererõhuga seonduvad patsiendi probleemid.
- ❖ Vaatavad ühiselt üle patsiendi toitumisharjumused.
- ❖ Annavad soovitusel elustiili muutmiseks.

Kasutatud allikad

St. Jude Medical „Elu kardiostimulaatoriga“

St. Jude Medical „Kardiostimulaatorite koolitus“ 1.10.2013

MTÜ Tromboosiühing „Kodade virvendus“

Ajakohastatud: Sisehaiguste kliinik, polikliiniline osakond, november 2024