

## ZALECENIA PIELĘGNIARSKIE PO ZABIEGU ABLACJI

### 1. OBSERWACJA MIEJSCA WKŁUCIA.

- ◆ Dbać o czystość miejsca wkłucia.
- ◆ Obserwować miejsce wkłucia (w razie wystąpienia nagłego, silnego bólu, wyczuwalnego zgrubienia, krwawienia lub innych niepokojących objawów należy niezwłocznie udać się do lekarza.
- ◆ Nie stosować długich, gorących kąpeli w wannie, zalecany ciepły prysznic.

### 2. PRZYJMOWANIE LEKÓW P/KRZEPLIWYCH I ANTYARYTMICZNYCH.

- ◆ Bezpośrednio po zabiegu ablacji chory wymaga zwykle wsparcia lekami antyarytmicznymi. Zwykle stosowane są one przez okres 3-6 miesięcy po ablacji a następnie modyfikowane lub odstawione w zależności od skuteczności zabiegu.
- ◆ Migotanie przedsionków to arytmia, która grozi udarem mózgu, pacjenci z tym zaburzeniem rytmu serca każdorazowo wymagają oceny ryzyka udaru mózgu. Nawet mimo skutecznego zabiegu ablacji, chorzy z odpowiednio wysokim ryzykiem udaru wymagają stosowanie leków przeciwkrzepliwych.
- ◆ Należy przestrzegać przyjmowania leków zleconych przez lekarza, nie wolno samodzielnie ich modyfikować.

### 3. AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA PO ZABIEGU.

- ◆ Bezpośrednio po zabiegu ablacji pacjent może wykonywać małe wysiłki fizyczne. Do dwóch tygodni po zabiegu unikać jazdy na rowerze, podnoszenia ciężarów, pchania lub ciągnięcia ciężkich przedmiotów, biegania, ćwiczeń na siłowni. Do umiarkowanego stopnia aktywności fizycznej chory może wrócić około 2-3 tygodnie po zabiegu.
- ◆ Po tygodniu od zabiegu można wznowić aktywność seksualną.
- ◆ Po ablacji migotania przedsionków i innych ablacjach złożonych, chory może wrócić do pełnej aktywności fizycznej po 1-3 miesiącach po zabiegu.

#### **4. KONTROLA W PORADNI KARDIOLOGICZNEJ.**

- ◆ Kontrola zalecana jest po 2-3 miesiącach od ablacji. Podczas kontroli standardowo wykonywane jest badanie EKG oraz ocena stanu pacjenta i wywiad, w szczególności dotyczący nawrotu arytmii.
- ◆ Bezpośrednio po ablacji pacjent może odczuwać kołatanie serca. Są one związane z tym, że w wyniku zabiegu doszło do uszkodzenia miejsc odpowiedzialnych za arytmie i w efekcie po zabiegu dochodzi do ich gojenia się. Nawrót arytmii w okresie do 3 miesięcy po ablacji nie jest zwykle traktowany jako nieskuteczność zabiegu. Dopiero po 3 miesiącach, wystąpienie arytmii, która była ablowana, uznawane jest za nawrót zaburzeń rytmu serca po zabiegu. W takiej sytuacji każdorazowo indywidualnie lekarz ocenia stan kliniczny pacjenta i może, po rozważeniu korzyści i ryzyka, zakwalifikować chorego do kolejnego zabiegu bądź leczenia farmakologicznego.

#### **5. ZMIANA STYLU ŻYCIA.**

- ◆ Starać się o utrzymanie prawidłowej masy ciała. Badania wykazały, że skuteczność zabiegu ablacji u chorych z migotaniem przedsionków jest niższa wśród pacjentów otyłych a wyższa u osób z prawidłową masą ciała.
- ◆ Bezwzględnie zaprzestać palić papierosy.
- ◆ Nie spożywać nadmiernie alkoholu.
- ◆ Dbać o nawodnienie organizmu - odwodnienie oraz niski poziom potasu i magnezu we krwi sprzyjają nawrotom arytmii.
- ◆ Regularna aktywność fizyczna.
- ◆ Unikanie stresu.