

Surgery: What You Need To Know

Before Surgery — General Information

Insurance Coverage

Health care benefits change and differ from plan to plan and provider to provider. It is important for you to understand your health care benefits before your surgery. Please call your insurance provider and find out exactly what is and isn't covered under your plan, and how much you have to pay yourself. Write down answers to your questions, including the name of the person who gives you this information.

Health Care Directive

A health care directive makes sure your family knows what kind of medical care you want or don't want if you can't communicate. This document gives you the chance to write out your wishes. Those wishes will be legally respected.

Хирургическое вмешательство: что нужно знать

Перед операцией общая информация

Страховое покрытие

Покрытие медицинских расходов страховыми компаниями все время меняется, оплаты по различным планам медицинского страхования отличаются друг от друга, оплата по одному и тому же плану медицинского страхования для различных медицинских учреждений и врачей может производиться по-разному. Очень важно, чтобы у вас до операции было четкое представление о том, на какую оплату вы имеете право в соответствии с условиями вашего полиса. Вам нужно позвонить в свою страховую компанию и точно выяснить, что будет оплачиваться по условиям вашего полиса и что не будет, а также, сколько придется заплатить вам. Запишите полученные ответы, а также имя и фамилию лица, предоставившего эту информацию.

Волеизъявление по лечению и уходу

Волеизъявление по лечению и уходу позволяет вашей семье, в том случае, когда вы находитесь в состоянии некоммуникабельности, знать, какое лечение и уход вы хотите получить и от какого вы отказываетесь. Этот документ дает вам возможность в письменном виде выразить свои пожелания. Эти пожелания будут иметь законную силу.

The health care directive goes into effect if:

- you cannot communicate your wishes by speaking, in writing or through gestures
- you are near death or in a coma
- medical staff members are told of your written wishes.

Your health care team can give you more information about health care directives if you wish. Please bring a signed copy to put in your chart.

Anesthesia

These medicines give you the loss of feeling or sensation during surgery. You may be asleep or awake, depending on the type of anesthesia you receive. You will receive your anesthesia from an anesthesiologist or certified registered nurse anesthetist.

Your doctor will talk with you about which type of anesthesia is right for you. The one you receive will depend on your surgery, your medical and surgical history, and your physical health. There are five types of anesthesia:

- **general:** You are asleep during surgery and have no sensation of pain. This is used for a wide variety of surgeries.
- **regional:** This involves a loss of sensation to a specific region of your body. For a Cesarean birth, for instance, you will be numb from the waist down and unable to move your legs. You will be awake but comfortable during surgery. You will gradually regain normal movement and feeling after delivery or surgery. You may also receive sedation with this type of anesthesia.

Волеизъявление по лечению и уходу вступает в действие в том случае, если:

- вы не можете ни говорить, ни писать, ни общаться с помощью жестов;
- вы находитесь в коме или на грани смерти;
- медицинский персонал ознакомлен с вашими волеизъявлениями, сделанными в письменном виде.

Бригада, обеспечивающая лечение и уход, может, если вы пожелаете, предоставить вам более подробную информацию, относящуюся к волеизъявлениям по лечению и уходу. Принесите, пожалуйста, с собой подписанный экземпляр волеизъявления для истории болезни.

Наркоз

Используемые для наркоза препараты обеспечат потерю чувствительности на время операции. В зависимости от типа анестезии, вы можете погрузиться в сон или бодрствовать. Введение наркотических препаратов производит врач-анестезиолог или дипломированная медсестра с сертификацией в анестезиологии.

Врач сообщит вам, какой вид наркоза лучше всего применить в вашем случае. Это зависит от характера операции, вашей истории болезни, от перенесенных операций и состояния здоровья. Раличают пять типов наркоза:

- **Общий наркоз:** во время операции вы будете спать, абсолютно не ощущая боли. Этот тип наркоза используется при многих видах хирургического вмешательства.
- **Региональная анестезия:** обеспечивается потеря чувствительности в отдельной области тела. Например, при кесаревом сечении обеспечивается потеря чувствительности в нижней части тела, ноги перестают двигаться. Во время операции вы не будете спать, но будете чувствовать себя комфортно. После операции или родов постепенно возвращается нормальная подвижность и чувствительность. При такой анестезии вам могут также вводить седативные препараты.

- **local:** This involves the loss of sensation in a limited area of your body (such as finger surgery). You will be awake but comfortable during surgery.
- **monitored anesthesia care (known as MAC):** You will be sleepy and relaxed during your surgery. You may receive a sedative through an intravenous (IV) line before and during surgery.
- **bier block (IV block):** You will have temporary numbness and pain relief. The anesthesiologist injects a type of local anesthesia, using a special tourniquet to direct it into one area of your body. This is usually used for hand and forearm surgery.

The amount of time it takes for the anesthesia to wear off differs for each person. You will recover from the anesthesia in a special area where nurses will monitor your recovery after surgery.

Before Surgery — Specific Information

How You May Feel Emotionally

You may feel concerned, anxious, scared, nervous or stressed about your surgery. It is common to have one or more of these reactions no matter what type of surgery you are having. You may:

- have trouble concentrating on other things or conversations
- have trouble falling or staying asleep
- count the days or hours before surgery
- question your decision to have surgery
- become irritable or withdrawn.

- **Местная анестезия:** обеспечивается потеря чувствительности в ограниченном участке тела (как, например, при операции на пальце руки). Во время операции вы не будете спать, но будете чувствовать себя комфортно.
- **Внутривенная анестезия:** в течение операции обеспечивается чувство покоя и состояние легкого сна. Перед операцией и в процессе операции вам могут вводить седативный препарат через систему для внутривенных вливаний.
- **Блокада Бира (внутривенная анестезия):** обеспечивается временная потеря чувствительности и обезболивание. Используя специальный турникет, анестезиолог вводит препарат для местной анестезии, чтобы он попадал только в одну конкретную область тела. Обычно используется при операциях на кисти руки или на предплечье.

Количество времени, требуемое для того, чтобы полностью исчезло действие наркоза, у разных людей разное. Вы будете приходить в себя после операции в специальной палате, и медсестры будут следить за тем, как вы пробуждаетесь от наркоза.

Перед операцией – специальная информация

Ваше эмоциональное состояние

У вас может возникнуть чувство озабоченности и беспокойства, страха, нервозности и стресса. Такие состояния люди испытывают часто, независимо от вида операции. Может оказаться, что:

- вам трудно концентрироваться на разговоре или концентрироваться на других, кроме операции, вещах;
- вы с трудом засыпаете или мало спите;
- вы считаете, сколько осталось дней или часов до операции;
- вы сомневаетесь в своем решении сделать операцию;
- вы легко раздражаетесь или замыкаетесь в себе.

All of these reactions are normal. There are some things you can do that may help you through this time include:

- talk to family, friends, nurse, doctor or clergy
- take a walk
- practice deep breathing
- ask questions and learn what to expect before, during and after surgery
- make plans for returning home (who will help you with cooking, laundry, cleaning and driving while you recover)
- meditate
- pray.

What To Tell Your Doctor

Before your surgery, it is important to tell your doctor if you:

- are pregnant
- have ever had diabetes, kidney problems, high blood pressure, seizures, heart problems or breathing problems
- are taking any prescription and over-the-counter medicines, herbals and/or vitamins
- are currently taking any pain medicines
- have an allergy to X-ray dye
- have an allergy to latex
- have an allergy to medicines or foods
- have MRSA or VRE or have been diagnosed with a medicine-resistant bacteria
- have false teeth, any prosthesis, or contact lenses

Нет ничего ненормального в такой реакции. Вам может помочь:

- разговор с членами семьи, друзьями, медсестрой, врачом или священником;
- прогулка;
- дыхательные упражнения;
- расспросы о том, что вас ожидает до операции, а также во время и после операции;
- планирование возвращения домой (кто поможет вам в приготовлении пищи, стирке, уборке и поездках, пока вы будете выздоравливать после операции);
- медитация;
- молитвы.

Что сообщить врачу

Очень важно, чтобы перед операцией вы сообщили врачу о следующих состояниях:

- беременность;
- о том, что у вас был диабет, заболевания почек, гипертония, припадки, болезнь сердца или затрудненное дыхание;
- о том, какие вы принимаете прописанные врачом или продающиеся без рецепта лекарства, препараты из лекарственных растений или витамины;
- о том, что вы в настоящее время принимаете какие-нибудь лекарства от боли;
- о наличии аллергии на радиоактивное контрастное вещество;
- о наличии аллергии на латекс;
- о наличии аллергии к лекарствам или к пищевым продуктам;
- о том, что вы инфицированы резистентным к метициллину золотистым стафилококком (МРЗС, MRSA) или резистентным к ванкомицину энтерококком (ВРЭ, VRE), а также если был поставлен диагноз, что вы инфицированы резистентными к лекарствам бактериями;
- о том, что у вас искусственные зубы, любые протезы или контактные линзы;

- have any health changes (sore throat, cold, fever, dental problem, urinating problem) or skin changes (rash, cuts, etc.)
- need an interpreter at the hospital. Tell your doctor what language you need.

How to Prepare at Home

- Have your pre-surgery physical exam and/or lab tests done as directed by your doctor. **Schedule them with your family doctor within 30 days before surgery.**
- Do any special exercises your doctor wants you to do.
- Write down questions for members of your health care team.
- Stop smoking, if you smoke. Ask your doctor about the different ways to quit.
- Ask your doctor which medicines you should take before surgery and when.**
- Check with your doctor if you are taking blood-thinning medicines (i.e. aspirin, Coumadin®, Plavix® or Ticlid®). You may need to stop taking them within certain times before surgery. Your doctor will tell you how long to be off these medicines.
- If you have diabetes and are on insulin, ask your doctor about how much insulin to take before surgery.
- Prepare and freeze meals to eat after surgery.
- Arrange for house or yard help, if needed.
- Install grab bars, night lights or other equipment you may need after you return from the hospital.

- о наличии болезненных явлений (боль в горле, простуда, озноб, зубная боль, ненормальное мочеиспускание), в том числе на коже (сыпь, порезы и т.п.);
- о том, что вам в больнице будет нужен переводчик. Сообщите врачу, с какого языка вам нужен переводчик.

Как подготовиться к операции дома

- Пройдите предоперационный осмотр у врача и/или сделайте все предписанные врачом анализы. **Запишитесь для этого к своему лечащему врачу за 30 дней до операции.**
- Делайте предписанные вам врачом упражнения.
- Запишите вопросы, которые вы хотите задать медицинскому персоналу.
- Если вы курите, то бросьте курить.
- Посоветуйтесь с врачом, как можно это сделать.
- Спросите врача, какие лекарства и когда вы должны принять перед операцией.**
- Если вы принимаете препараты, понижающие свертываемость крови (например, аспирин, «Кумадин», «Плавикс» или «Тиклид»), то посоветуйтесь об этом с врачом. Может оказаться, что за некоторое время перед операцией вам нужно будет прекратить их прием. Ваш врач скажет вам, за сколько дней до операции вы не должны принимать их.
- Если у вас диабет и вы принимаете инсулин, то спросите у врача, какую дозу инсулина вы должны принять перед операцией.
- Приготовьте и заморозьте еду, которая вам пригодится после операции.
- Организуйте необходимую помощь в работе по дому или по уходу за газоном, если требуется.
- Установите поручни, ночное освещение или другое оборудование, которое вам может потребоваться после выписки из больницы.
- Осмотрите дом и уберите все, что может привести к несчастному случаю. Уберите ковры и мебель из прихожей и коридора.

- Go through your house and remove possible hazards. Remove throw rugs and keep furniture out of the hallways.
- Put items you will use often within easy reach. If you have a cordless phone, make sure it's charged so you can carry it with you from room to room.
- Plan to bring a family member and/or friend with you to the hospital. They will be responsible for your belongings during your surgery.
- For your safety, you will need a responsible adult to drive you home and to stay with you for 24 hours.
- If you do not have someone to drive you home, your surgery will be canceled.**

The Night and Morning Before Surgery

- You may eat up to 8 hours before your procedure.
 - Eat light meals, such as oatmeal or toast.
 - Avoid foods that are heavy or high in fat, such as meat or fried foods.
- Do not use chewing tobacco 6 hours before your procedure.
- You may have clear liquids up to 2 hours before your procedure.
 - Drink water, fruit juice without pulp, black coffee, tea, hard candies and gum.
 - Do not have milk, yogurt or alcohol.
- Do not shave the surgery site.**
- Take your regular medicines (heart, blood pressure, diabetes or pain medicine) as directed by your doctor with a small sip of water. Your doctor will tell you if he or she doesn't want you to take any or all of your regular medicines.
- Follow any specific instructions given by your doctor. (For instance, cleansing your skin with a special soap.)

- Положите вещи, которыми вы чаще всего пользуетесь, так, чтобы вы могли легко до них добраться. Если у вас есть бесшнуровой телефонный аппарат, то проверьте, заряжен ли он, чтобы вы могли переносить его из комнаты в комнату.
- Договоритесь, кто из членов семьи или из друзей поедет с вами в больницу. С ним оставят ваши вещи на время операции.
- По соображениям безопасности требуется, чтобы взрослый ответственный человек отвез вас домой и оставался с вами в течение 24 часов.
- Если никто не сможет забрать вас из больницы и отвезти домой, то операция будет отменена.**

Ночь накануне операции и утро перед операцией

- До процедуры вы можете поесть, но не позже чем за 8 часов.
 - Съешьте что-нибудь легкое, например, овсянку или тост.
 - Не ешьте ничего жирного или тяжелого, например, мясных или жареных в кипящем масле блюд.
- Прекратите использовать жевательный табак за 6 часов до процедуры.
- Можно пить не содержащие никакой гущи жидкости за 2 часа до процедуры или раньше.
 - Пейте воду, фруктовый сок без мякоти, черный кофе, чай; можно съесть леденец или пожевать резинку.
 - Не пейте молока, йогурта и алкогольных напитков.
- Не брейте место операции.**
- Примите лекарства, которые вы обычно принимаете (сердечные, от давления, от диабета, от боли), в соответствии с указаниями врача, и запейте их глотком воды. Врач вам скажет, какие из этих лекарств вам не нужно принимать.
- Точно выполните все указания врача. (Например, помыть кожу специальным мылом).

- Bring a list of your medicines with you to the hospital. Include prescription and over-the-counter medicines, vitamins and herbals. Include the name of the medicine, how much you take, and the last time you took the medicine.
- Please leave money, credit cards, jewelry (including wedding rings) and other valuables at home.
- If you wear glasses, contact lenses, dentures or hearing aids, bring containers for them during surgery.
- Remove all jewelry (including rings) and body piercings. Please leave the items at home or with a family member at the hospital.
- Do not wear make-up, deodorant, perfume, cologne or aftershave.
- Wear loose-fitting, comfortable clothing.
- Bring any forms given to you by your doctor. **If your surgery required a physical exam, please bring these completed forms with you.**
- Bring your insurance card.
- Bring your health care directive. (See page 1.)
- Bring personal care items such as deodorant, toothpaste, toothbrush, slippers and comb if you are staying at the hospital.
- Bring any special medicines (including eyedrops and inhaler) or equipment (such as CPAP machine, crutches, cane or splint).
- Bring books or magazines.
- Please arrive at the hospital as directed before your surgery. It is common to be told to arrive two hours before your scheduled surgery time. If you have trouble walking or moving, allow extra time.

- Принесите с собой в больницу список лекарств, которые вы принимаете. Запишите все принимаемые лекарства: полученные по рецепту врача, лекарства, не требующие рецепта, витамины и препараты из лекарственных трав. Укажите название лекарства, сколько вы принимаете, и когда последний раз вы его принимали.
- Не берите с собой никаких ценностей: денег, кредитных карт, ювелирных изделий (в том числе и обручальных колец).
- Если вы носите очки, контактные линзы, зубные протезы или слуховые аппараты, то принесите с собой контейнер, в который все это можно положить на время операции.
- Снимите все ювелирные изделия (в том числе кольца) и украшения с тела. Оставьте их дома или отдайте сопровождающему вас родственнику.
- Перед операцией не пользуйтесь косметикой, дезодорантами, духами, одеколоном или лосьонами после бритья.
- Наденьте свободную и удобную одежду.
- Принесите с собой все документы, которые вам дал врач. **Если для вашей операции требовалось предварительно пройти медицинский осмотр, то принесите с собой результаты осмотра.**
- Принесите с собой волеизъявление по лечению и уходу (см. страницу 1).
- Если вас оставляют в больнице, то принесите предметы личной гигиены: дезодорант, зубную пасту, зубную щетку, тапочки и расческу.
- Принесите с собой специальные лекарства (в том числе глазные капли и ингалятор) или предметы (например, прибор для искусственной вентиляции легких с постоянным положительным давлением, костыли, трость или шину).
- Принесите с собой книги или журналы.
- Вы должны приехать в больницу в день операции точно в назначенное время.
- Обычно вы должны приехать за два часа до операции. Если вам трудно ходить или двигаться, то запланируйте больше времени.

What to Expect at the Hospital

- A nurse will meet with you to complete your care plan and review what you can expect before and after your surgery. The nurse will review your health history. You will be asked questions about any allergies you have and medicines you are taking.
- You will be asked to sign a consent form, if you haven't already done so.
- If you have questions or concerns, please ask a member of your health care team.
- You will change your clothes and wear a hospital gown. You will also receive a hospital identification bracelet.
- You may have blood taken for any needed lab tests before your surgery.
- You may have special tests (such as X-rays or an ultrasound) done. For these, you may be taken to other departments in the hospital.
- The nurse will check your blood pressure, pulse and temperature.
- You will have an IV (intravenous) line started in your arm if sedation or general anesthesia is needed. You may also receive an antibiotic to prevent infection.
- Family members can wait with you in the pre-surgery area before surgery.
- When you go into surgery, your family will be taken to the surgery waiting room. The surgeon will talk with your family when your surgery is done.

During Surgery — at the Hospital Right Before Surgery

- You will meet the surgery team, including the surgeon, anesthesiologist, nurse anesthetist and operating room nurses. They will talk with you about the anesthesia and surgery.

Что будет в больнице

- Вас встретит медсестра, которая заполнит с вами план лечения и ухода и сообщит вам все, что будет происходить до и после операции. Она обсудит с вами историю болезни. Вас спросят обо всех аллергических реакциях и о принимаемых лекарствах.
- Вас попросят подписать согласие на операцию, если вы этого еще не сделали.
- Если вас что-то беспокоит или у вас есть вопросы, то вы можете обратиться с ними к члену бригады, занимающейся вашим лечением и уходом.
- Вам придется снять свою одежду и надеть больничный халат. Вам так же наденут на руку идентификационный больничный браслет.
- У вас, если требуется, возьмут кровь на анализ.
- Если нужно, то вам сделают специальные тесты (например, рентгеновский снимок или ультразвуковое исследование). Для этого вас могут направить в другое отделение больницы.
- Медсестра измерит давление, пульс и температуру.
- Вас подготовят к подсоединению к системе для внутривенных вливаний, если будет использоваться общий наркоз или введение седативных препаратов. Кроме этого, вам могут дать антибиотик для предотвращения инфекции.
- Члены семьи до операции могут находиться с вами в приемной.
- Когда вас отвезут в операционную, то члены семьи перейдут в помещение для ожидания при операционной. Хирург поговорит с ними после операции.

Во время операции – в больнице Непосредственно перед операцией

- Вы встретитесь с хирургической бригадой, а именно с хирургом, анестезиологом, медсестрой с сертификацией в анестезиологии, и с хирургическими медсестрами. Они обсудят с вами операцию и анестезию.

Your team will verify with you where you are having surgery. The site may be marked, depending what type of surgery you are having.

- You may wear a hospital gown or a special gown to keep you warm.
- You will lie on a padded bed.
- The room temperature will be cool. (Tell a member of your health care team if you are chilled.)
- The surgery area will be clipped and draped, if needed. **Do not shave the surgery site.**
- An intravenous (IV) line will be started into your arm — if not already done.
- You may receive medicine to make you relax.
- The anesthesiologist will give you medicine that will either put you to sleep or numb the surgery site.
- Right after surgery you will be taken to a recovery room.

After Surgery — at the Hospital

Right After Surgery

- After surgery you are taken to the recovery room. You will spend 45 minutes to 2 hours in a recovery room where nurses will watch you closely. You may stay longer, depending on your surgery and how fast you wake up from the anesthesia.
- Your nurse will watch all of your vital signs and help you if you have any side effects.
- You may have some discomfort when you wake up. Your nurse will work with you to make you as comfortable as possible.
- You may wake up with a dressing, an IV, oxygen, or other monitors and tubes.

Они проверят, где именно вас будут оперировать. Место операции может быть помечено в зависимости от типа операции, которая вам предстоит.

- Вы будете лежать на хирургическом столе.
- Вы будете лежать на кровати с подложкой.
- В операционной будет прохладно. (Если вам будет холодно, то скажите об этом члену хирургической бригады).
- Операционное поле подстригут и закроют. **Не брейте место операции.**
- Подключат систему внутривенного вливания, если этого еще не сделали.
- Могут дать успокаивающее лекарство.
- Анестезиолог введет лекарство, от которого вы уснете или потеряете чувствительность в месте операции.
- Сразу после операции вас поместят в постоперационную палату.

После операции – в больнице

Непосредственно после операции

- После операции вас перевезут в постоперационную палату. В ней вы будете находиться от 45 минут до 2 часов, и медсестры будут внимательно следить за вашим состоянием. Вы можете находиться в этой палате даже больше, в зависимости от характера операции и от того, как быстро вы придете в себя после наркоза.
- Медсестра будет следить за всеми признаками жизненно важных функций и окажет вам помощь, если появятся признаки побочных эффектов.
- После пробуждения от наркоза вы можете испытывать некоторый дискомфорт. Медсестра сделает все необходимое, чтобы, насколько это возможно, обеспечить вам чувство комфорта.
- Вы проснетесь от наркоза с повязкой, вы можете быть подсоединены к системе внутривенного вливания, к системе подачи кислорода или к мониторам и другому оборудованию.

- Your surgeon will talk with your family when your surgery is over.
- If you are an inpatient (staying in the hospital overnight), you will be taken to your room. Your family can join you after your time in the recovery room.
- If you are an outpatient (returning home the same day as surgery), you will be taken to the recovery area. A family member can join you in this area.
 - You will receive instructions for taking care of yourself at home.
 - For your safety, you will need a responsible adult to drive you home and to stay with you for 24 hours.
- For 24 hours:
 - Do not drive or use any machinery.
 - Do not make important decisions.
 - Do not drink alcohol. (It is also important to not drink alcohol as long as you are taking prescription pain medicine.)

Managing Your Pain

Pain is your body's response to injury, illness or surgery. It can come on suddenly (acute) or last a long time (chronic). Pain can be constant or it can come and go.

Pain affects every part of your life: eating, sleeping, work, interests and relationships. It can cause you to be stressed, depressed, tired or angry.

Pain is unique. No two people feel pain in the same ways. Pain that is intense to one person may be mild to another.

- Когда операция закончится, хирург поговорит с вашими родственниками.
- Если вы после операции остаетесь в больнице, то вас перевезут в палату. Ваши родственники могут посетить вас там после того, как вас привезут туда после постоперационной палаты.
- Если после операции вы возвращаетесь домой в тот же день, то вас перевезут в постоперационную палату, и ваш родственник может посетить вас там.
 - Вам дадут инструкции по поведению дома.
 - По соображениям безопасности требуется, чтобы взрослый ответственный человек отвез вас домой и оставался с вами в течение 24 часов.
- В течение 24 часов:
 - Не водите машину и не используйте никакие механизмы.
 - Не принимайте важных решений.
 - Не пейте спиртное. (Также очень важно, чтобы вы не пили спиртное, пока вы принимаете прописанные врачом болеутоляющие препараты).

Облегчение боли

Боль является реакцией организма на травму, болезнь или хирургическую операцию. Если боль возникает внезапно, её называют острой, а если боль не проходит длительное время, её называют хронической. Боль может быть непрекращающейся или она может появляться и исчезать.

Боль влияет на все аспекты жизни: на то, как человек ест, спит, работает, на его интересы и взаимоотношения с другими людьми. Из-за боли может возникнуть стресс, депрессия, чувство усталости или раздражительности.

Ощущение боли индивидуально. Каждый человек ощущает боль по-своему. Боль, которую с трудом может вынести один человек, может ощущаться другим человеком как слабая.



Your health care team is committed to helping you get well and manage your pain. Your nurses will ask you to rate the strength of your pain using a pain scale. (There is no “correct” number for your pain level.) They will also ask you what your pain feels like.

Your Role in Managing Pain

You are the only one who knows where and how severe your pain is. You have a key role in managing your pain. If you have pain, tell your nurse or doctor. Your health care team will create a pain relief plan to meet your needs.

Tell your nurse or doctor:

- what makes your pain better or worse
- what methods of pain control have worked or have not worked well in the past
- if your pain starts to get worse
- if you feel new pain.

Your nurse will work with you to establish an appropriate pain goal during your hospital stay.

The right pain control can help you be more comfortable, get back to your normal routine, and promote healing.

Цель тех, кто вас лечит, – помочь вам выздороветь и облегчить боль. Медсестры попросят вас оценить силу болевых ощущений, используя шкалу оценки боли. (Нет «правильного» числа, которое определяет уровень испытываемой вами боли). Они также спросят у вас, как вы характеризуете свою боль.

Что для облегчения боли можете сделать вы

Только вы знаете, где у вас болит и насколько сильна эта боль. Для облегчения боли основные решения принимаете вы. Если вы испытываете боль, скажите об этом медсестре или врачу. Те, кто вас лечит, разработают план облегчения боли в соответствии с тем, что нужно вам.

Сообщите медсестре или врачу:

- что усиливает или ослабляет боль;
- какие способы облегчения боли помогали вам или не помогали вам в прошлом;
- усилилась ли боль;
- стало ли болеть что-нибудь еще.

Медсестра совместно с вами разработает подходящий план облегчения боли на то время, пока вы в больнице.

Правильно выбранные способы облегчения боли может помочь вам чувствовать себя более комфортно, вернуться к нормальному для вас образу жизни и способствовать выздоровлению.

Your health care team will work with you to treat your pain. Your options may include:

- medicines
- physical therapy
- heat or cold therapy
- nerve blocks
- integrative therapies: acupuncture, relaxation techniques, massage therapy or music.

Questions to ask your doctor or nurse

Ask your doctor or nurse these questions:

- What will I be given for my pain?
- How should I take the medicine?
- When should I take it?
- How long should I take it?
- What are the side effects?

After Surgery — at Home

General Information

- Your complete recovery may take time and varies from person to person.
- Be sure to follow your doctor's instructions for every part of your recovery. You may refer to the written instructions sent home with you.
- It is important that you get enough rest and exercise. When you feel tired, stop and rest a while. Be sure to plan regular naps and quiet activities.
- You may drive when your doctor tells you that you may drive again. You may not be able to drive for several days to several weeks. Ask your doctor when you can drive if this has not been discussed.
- Ask your doctor when you may return to work or school.
- Do not smoke. Smoking impairs your body's ability to heal.
- Be sure to wash your hands before and after handling dressings. Washing your hands helps prevent infections.

Все, кто вас лечит, вместе с вами будут делать всё, чтобы облегчить боль. Можно использовать следующее:

- лекарства;
- физиотерапию;
- лечение холодом или теплом;
- блокаду нерва;
- интегративную терапию: акупунктуру, лечение релаксацией, массаж или музыку.

О чем спросить врача или медсестру

Спросите у своего врача или медсестры о следующем:

- что вам назначат для снятия боли;
- как нужно принимать такой препарат;
- когда его нужно принимать;
- как долго его нужно принимать;
- есть ли у этого препарата побочный эффект.

После операции – дома

Общая информация

- Полное выздоровление требует времени, и этот процесс индивидуален для каждого человека.
- Нужно выполнять указания врача на каждом этапе процесса выздоровления. Вам дали эти указания в письменном виде, когда вас выписывали из больницы.
- Очень важно обеспечить себе полный отдых и делать физические упражнения. Прекратите, когда почувствуете усталость, и отдохните. Старайтесь регулярно спать днем и сократить всякую другую деятельность.
- Когда разрешит врач, можно водить машину, Может случиться, что нельзя будет водить машину несколько дней или недель. Если этот вопрос не обсуждался, то спросите у врача.
- Спросите у врача, когда можно приступить к работе или учебе.
- Не курите. Курение отрицательно влияет на способность организма к выздоровлению.
- Обязательно мойте руки перед сменой повязки и после этого. Мытье рук помогает предотвратить инфекцию.

When To Call Your Doctor

Call your doctor if you have:

- a temperature of 101 F or higher
- increased pain or tenderness near the incision
- poor pain relief
- signs of infection:
 - increased swelling
 - redness
 - increased drainage
 - increased warmth
 - pus
 - foul smell
 - bleeding at the incision
 - incision coming apart.
- changes in circulation:
 - increased numbness
 - inability to feel or move fingers or toes
 - pale blue, white or abnormally cold fingers or toes.
- nausea (upset stomach) or vomiting (throwing up) that won't stop
- increased tiredness
- a generally worse feeling than you had when you left the hospital
- problems urinating
- severe constipation or severe diarrhea
- a concern about any other symptoms that seem unusual.

Important: If you have any concerns about safety, call your nurse or the hospital's Patient Representative Office.

В каких случаях нужно звонить врачу

Позвоните врачу, если:

- температура 101 градус по Фаренгейту или выше;
- усилилась боль или увеличилась чувствительность в месте разреза;
- не обеспечивается купирование боли;
- имеются симптомы инфекции:
 - увеличился отек в месте операции;
 - краснота;
 - увеличились выделения из раны;
 - повысилась температура в месте операции;
 - гной;
 - неприятный запах;
 - кровотечение из разреза;
 - разошелся шов;
- имеются симптомы нарушения кровообращения:
 - усилилось чувство онемения;
 - потеря чувствительности или невозможность двигать пальцами рук или ног;
 - пальцы рук или ног ненормально холодные, посиневшие или побледневшие;
- непрекращающаяся тошнота или рвота;
- нарастающее чувство усталости;
- общее ухудшение состояния по сравнению с тем, какое было при выписывании из больницы;
- затрудненное мочеиспускание;
- тяжелый запор или понос;
- все другие необычные симптомы.

Очень важно: Если у вас есть какие бы то ни было опасения, касающиеся безопасности, обратитесь к медсестре или в офис защиты интересов больных (Patient Representative Office).