

После ангиограммы: краткий обзор

В неотложных случаях звоните 911

Russian

Физическая активность



- **В первые 24 часа:**
 - Сильно ограниченная физическая активность: можно дойти до кровати, дивана, стула и ходить в туалет; можно также пройти несколько ступенек по лестнице, если это необходимо.
 - Не водите машину до завтра.
- **В первые 48 часов:**
 - Не поднимайте ничего тяжелее 10 фунтов (4.5 кг).
 - Не заниматься никакой интенсивной физической активностью, например, не ездить на велосипеде, не играть в кегли, не бегать трусцой, не заниматься сексом, не работать лопатой, не косить траву, не плавать.

Уход за местом разреза



- Не снимать повязку до следующего утра.
- Место разреза должно оставаться сухим и чистым в течение первых 24 часов. Назавтра можно принять душ, используя “мягкое” мыло.
- При чихании или кашле слегка надавите выше места разреза.
- **Если место разреза начнет кровоточить:**
 - Лягте на горизонтальную поверхность.
 - Слегка надавите выше места разреза.
 - **Если кровотечение не прекратится после надавливания, позвоните 911.**
- У вас может появиться синяк и/или уплотнение размером с 5-центовую монету в месте разреза. Так бывает часто. Синяк может увеличиваться в размере. Пока синяк исчезнет, может пройти 2-3 недели.


Лекарства



- Принимайте лекарства каждый день, как предписано.
- Поговорите с лечащим врачом или медсестрой перед тем как принимать обезболивающие, продающиеся без рецепта.
- Если вам прописан нитроглицерин для снятия боли в груди (при стенокардии):
 - Сядьте. Положите одну таблетку под язык.
 - Если боль в груди не пройдет в течение 5 минут, **позвоните 911** или следуйте указаниям врача.

Самопомощь



- В течение следующих 24 часов пейте больше жидкости, чем обычно. Это будет способствовать выведению красящего вещества из почек.
- Употребляйте пищевые продукты с низким содержанием соли (натрия), жира и холестерина.
- Читайте все этикетки на пищевых продуктах, чтобы узнать содержание холестерина, соли (натрия) и жира.
- Регулярно занимайтесь физкультурой. Выполняйте указания лечащего врача.
- **Не употребляйте табак.** Если вам нужна помощь, чтобы бросить, спросите у лечащего врача, что можно сделать 







Когда звонить врачу



- **Позвоните лечащему врачу, если у вас:**
 - боль в груди (такая же, как перед ангиограммой)
 - сильный отек и чувствительность, постоянная боль или кровотечение в месте разреза
 - онемение, покалывание или изменение цвета руки или ноги, использовавшейся для ангиографии
 - головокружение, потливость или температура выше 101 градуса Фаренгейта
 - затрудненное дыхание, чувство сильной усталости или неспособность заниматься физкультурой
 - вопросы или опасения.

Care After an Angiogram — At a Glance

For an Emergency, Call 911

Activity	Procedure Site Care	Medicines	Self-care	When to Call Your Doctor
 <ul style="list-style-type: none"> ■ In the first 24 hours: <ul style="list-style-type: none"> — Do low-level activities. Walk to and from the bed, couch, chair and bathroom. Take a few stairs, if needed. — Do not drive until tomorrow. ■ In the first 48 hours: <ul style="list-style-type: none"> — Do not lift anything heavier than 10 pounds. — Avoid heavy activities, such as biking, bowling, jogging, sexual activity, shoveling, mowing or swimming. 	 <ul style="list-style-type: none"> ■ Leave the dressing or bandage on until tomorrow morning. ■ Keep the site clean and dry for the first 24 hours. You may take a shower with mild soap tomorrow. ■ Apply pressure slightly above the procedure site if you cough or sneeze. ■ If the site starts to bleed: <ul style="list-style-type: none"> — Lie down flat. — Apply pressure slightly above the site. — If bleeding does not stop after you apply pressure, call 911. ■ You may have a bruise and/or nickel-sized lump in the puncture area. This is common. The bruising may increase in size. It may take 2 to 3 weeks for the bruise to go away. 	 <ul style="list-style-type: none"> ■ Take your medicines as prescribed each day. ■ Talk with your health care provider before you take over-the-counter pain relief medicine. ■ If you have a prescription for nitroglycerin to relieve chest pain (angina): <ul style="list-style-type: none"> — Sit down. Place one tablet under your tongue. — If your chest pain does not go away in 5 minutes, call 911 or follow your doctor's directions. 	 <ul style="list-style-type: none"> ■ Drink extra glasses of liquids over the next 24 hours. This will help flush the dye from your kidneys. ■ Eat a diet low in fat, sodium (salt) and cholesterol. ■ Read all food labels for cholesterol, sodium (salt) and fat levels. ■ Get regular exercise. Follow your doctor's directions. ■ Do not use tobacco. If you need help quitting, ask your doctor for resources.  	 <ul style="list-style-type: none"> ■ Call your doctor if you have: <ul style="list-style-type: none"> — chest pain (like you had before the angiogram) — lots of swelling and tenderness, constant pain or bleeding at the puncture site — numbness, tingling or color change in your affected leg or arm — lightheadedness, sweating and fever of more than 101 F — trouble breathing, feeling very tired or being unable to exercise — questions or concerns.