Nemocnice AGEL
Ostrava-Vítkovice

PREHABILITACE

Vaše aktivní příprava na operaci

Silnější dnes pro lepší zítřek



CO JE PREHABILITACE?

Prehabilitace je cílená příprava pacienta před plánovanou operací. Pomáhá Vám zlepšit fyzickou i psychickou kondici, abychom společně dosáhli co nejlepšího výsledku operace a rychlejšího zotavení.

PROČ JE DŮLEŽITÁ?

- Snižuje riziko komplikací
- Podporuje rychlejší hojení
- Zkracuje dobu pobytu v nemocnici
- Zlepšuje celkovou kondici a kvalitu života
- Pomáhá Vám cítit se jistěji

JAK PREHABILITACE PROBÍHÁ?

Program je **individuální** a přizpůsobený Vašemu zdravotnímu stavu.
Může zahrnovat:

Pohybovou aktivitu
procházky, cvičení, dechová cvičení

Dechová cvičení
podpora funkce plic

Nutriční podporu
dostatečný příjem bílkovin, energie, nutričních drinků („sipping")

Psychologickou podporu
zvládání stresu a lepší příprava na operaci

Edukační informace
praktické rady a doporučení

ANÉMIE – PROČ JE DŮLEŽITÉ JI ŘEŠIT?

Před operací kontrolujeme hladinu hemoglobinu. Pokud zjistíme chudokrevnost, může lékař doporučit léčbu, například doplnění železa (perorálně nebo intravenózně), případně další postup podle výsledků vyšetření.



KDY PROGRAM ZAČÍNÁ?

Ideálně několik týdnů před plánovanou operací. O zařazení do programu rozhodne Váš lékař na základě zdravotního stavu.

VAŠE AKTIVNÍ ROLE

Vaše spolupráce je klíčová. I malé změny mohou mít velký význam pro úspěšný průběh operace a rychlé zotavení.

Společně k lepší zdravotní budoucnosti