



PROCEDURA GESTIONE PERIOPERATORIA DELLA PAZIENTE GINECOLOGICA

ALLEGATO 3

**INDICAZIONI UTILI ALLE PAZIENTI
CHE SI STANNO PER SOTTOPORRE
A INTERVENTI GINECOLOGICI**

1. LEGGERE ATTENTAMENTE LE NOTE INFORMATIVE RELATIVE AL PROPRIO INTERVENTO

2. ALIMENTAZIONE

Nei giorni che precedono l'intervento è opportuno seguire le seguenti indicazioni

Dieta povera di scorie Kcal 1900 nei 3 gg precedenti l'intervento

colazione	Tè o caffè d'orzo non zuccherato q.b. gr. 30 grissini o fette biscottate
pranzo	gr. 80 pasta o riso all'olio o pastina in brodo vegetale (senza verdura) + gr.5 parmigiano gr. 100 carne lessata o al vapore tenera o a pari quantità di nutrienti: pesce, prosciutto magro, formaggio stagionato (parmigiano, emmenthal) gr.150 patate o carote o purè di carote o patate passate + gr.20 olio gr.150 mela, banana intera / frullata / centrifugata o spremuta di agrumi gr.50 pane o gr. 35 grissini
cena	come pranzo

Dieta pre-intervento" Kcal 740 il giorno prima dell'intervento

colazione	Tè q.b. + gr 5 di zucchero (in caso di diabete lo zucchero non è concesso) gr. 30 fette biscottate
pranzo	gr. 80 pasta + gr. 5 olio e parmigiano gr. 100 carne lessata / ai ferri
cena	gr. 30 pastina in brodo o riso lessato

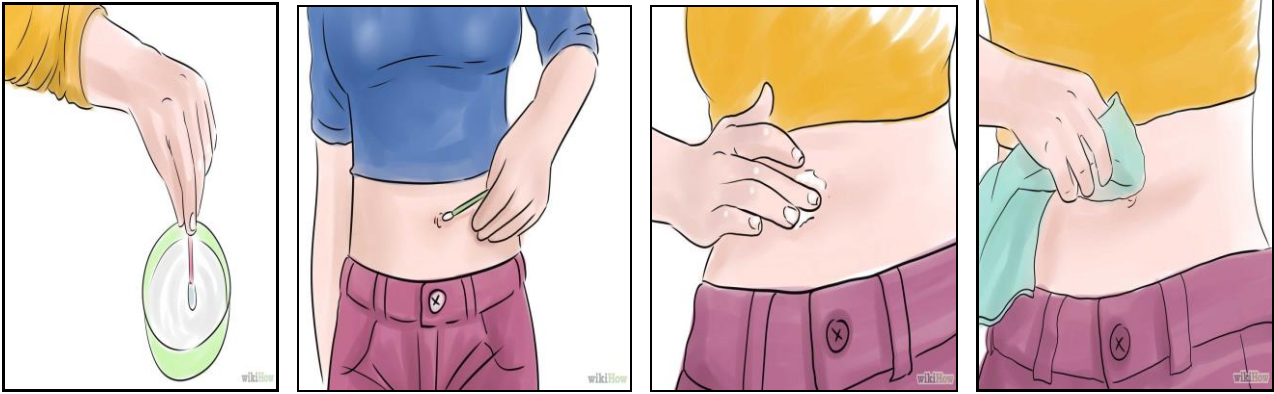
Dalla mezzanotte del giorno precedente l'intervento osservare il digiuno da cibi solidi.

**E' consigliato bere liquidi chiari (ACQUA) fino alle 6 del mattino dello stesso giorno dell'intervento;
alla stessa ora è consigliato assumere le abituali terapie (se non sono state sospese dal ginecologo o dall'anestesista in previsione dell'intervento)**

Nei 10 giorni che precedono l'intervento e nei 10 che lo seguono è consigliato assumere fermenti lattici (lattobacilli e bifidobatteri nella formulazione che si preferisce: yogurth, bevande da bere, polveri solubili, compresse purchè in formulazioni da almeno 10 miliardi).

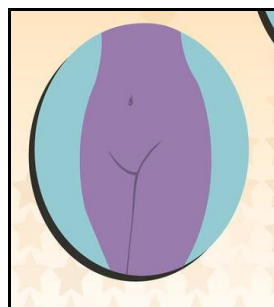
3. NORME IGIENICO-COMPORTAMENTALI

1. E' indicata la sospensione del fumo di sigaretta
2. E' consigliato eseguire attività fisica, o almeno 30 minuti di camminata di buon passo ogni giorno
3. La mattina dell'intervento eseguire una doccia con lavaggio dei capelli, con particolare attenzione alla pulizia della zona ombelicale e rimuovere eventuali piercieng.



4. Rimuovere il trucco dal viso e lo smalto dalle unghie di mani e piedi, anche eventuali unghie ricostruite (almeno 1 unghia per mano)
5. Non utilizzare creme, profumi, deodoranti o talco
6. Togliere anelli e tutti i gioielli, compresi eventuali piercing
7. Rapporti sessuali protetti a partire dall'ultima mestruazione prima dell'intervento, se è in età fertile
8. Uno o due giorni prima dell'intervento eseguire depilazione genitale **COMPLETA** se l'intervento lo prevede: laparoscopico, laparotomico o vaginale

(NON nel caso di isteroscopie, conizzazioni o revisione di cavità uterina)

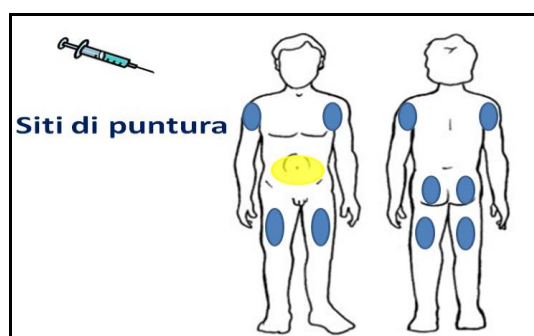


4. AUTOSOMMINISTRAZIONE DI EPARINA

Sottoporsi a intervento chirurgico programmato con modalità laparoscopica (piccole incisioni addominali) o laparotomico (taglio addominale) o vaginale sono condizioni che aumentano il rischio di sviluppare di trombosi ed embolie: patologie gravi, ma prevenibili grazie alla somministrazione di eparina (fluidificante del sangue venoso).

La fiala che le viene consegnata (enoxaparina 4000U) va somministrata secondo le seguenti regole:

- da sola (autosomministrazione)
- lavare bene le mani
- prendere le siringhe predosate senza togliere l'aria presente
- disinfettare una delle porzioni di cute evidenziate nel disegno, POSSIBILMENTE NON L'ADDOME



- sollevare un pizzico di cute e trasfiggere la cute con la siringa verticale



- poi rilasciare la cute e **non** massaggiare per evitare la formazione di lividi

Alla dimissione questo tipo di terapia sarà proseguita per alcuni altri giorni in base ai suoi eventuali ulteriori fattori di rischio e al tipo di patologia per cui è stata operata.