

# Saiba como pode contribuir para a sua segurança no pós-operatório

O doente que foi submetido a uma cirurgia e principalmente os seus familiares podem contribuir para aumentar a sua segurança no período pós-operatório se intervierem ativamente e utilizarem as orientações desta *checklist*.

## Assim que a cirurgia terminar:

### Recomendações para os familiares:

- Esteja presente na sala de espera para poder falar com o cirurgião assim que ele sair do bloco operatório, é nesta altura que ele tem presente todos os detalhes referentes ao procedimento cirúrgico.
- Assegure-se de que faz perguntas concretas como as que se seguem:
  - Houve alguma complicação ou situação inesperada?
  - Foram necessários alguns procedimentos adicionais?
  - Houve um perda excessiva de sangue?
  - Quando é que o doente vai poder levantar-se da cama, caminhar, remover os cateteres, começar a beber líquidos, comer alimentos sólidos?
- Pergunte se foram administrados os antibióticos necessários após a cirurgia.
- Garanta que o doente se mantém quente e sem tremer. Pergunte quais os níveis de açúcar se este for diabético e se é necessário oxigénio a seguir à cirurgia. Estas medidas ajudam a reduzir o risco de adquirir infeções.
- Se o doente tiver problemas no pós-operatório pergunte ao médico se houve alguma falha ou complicação durante a cirurgia que possa estar a influenciar a sua recuperação.

- Siga as orientações da checklist “Saiba como ajudar a prevenir as infeções associadas aos cuidados de saúde”

## Controlo da dor no pós-operatório:

### Recomendações para o doente e familiares:

- Se estiverem a ser administrados medicamentos para o controlo da dor assegure-se de que os sinais vitais estão a ser corretamente monitorizados. Alguns doentes reagem mal a este tipo de medicação podendo sofrer alucinações e ter dificuldades respiratórias.
- Assegure-se de que a dor se encontra controlada mas que não é excessivamente medicado. Se estiver a fazer medicação analgésica através de uma seringa perfusora electrónica preste atenção à medicação administrada. Por vezes estes aparelhos podem ter avarias e dispensarem uma dose demasiado elevada ou insuficiente. Se o doente estiver muito sonolento ou confuso ou então em grande sofrimento informe o enfermeiro.
- Não traga nem tome os medicamentos que habitualmente toma em casa sem o conhecimento do seu médico. A medicação administrada no hospital pode ser igual e por isso duplicar a dosagem ou pode produzir interações com os medicamentos habituais provocando efeitos graves e até mortais.
- A medicação para o controlo da dor pode causar obstipação por isso pergunte se necessita de tomar laxantes e assegure-se de que estes lhe são dados.
- Se estiver a ser muito difícil o controlo da dor pergunte se o hospital tem uma equipa especializada no controlo da dor e peça uma avaliação.

## No dia da alta:

### Recomendações para o doente e familiares:

- Pergunte se vai precisar de apoio em casa ou se está apto a tratar de si próprio. No caso de precisar de ajuda peça para entregarem ao seu cuidador um plano de tratamento que o ajude a cuidar de si da melhor forma.
- Certifique-se de que as instruções de alta lhe são entregues por escrito e que são claras e detalhadas. Nestas instruções deve estar referido quando deve mudar ou retirar os pensos, quando é que se pode levantar, tomar banho, conduzir ou voltar a trabalhar, entre outras recomendações.
- Assegure-se de que as instruções da alta têm o contacto do cirurgião que o operou para o caso de surgir alguma emergência ou de ter questões a colocar-lhe.
- Certifique-se de que os nomes e dosagens dos medicamentos que terá que tomar lhe são entregues por escrito. Principalmente se tiverem sido acrescentado novos medicamentos ao seu plano de tratamento. Se for o caso assegure-se de que foi feita uma avaliação das possíveis interações medicamentosas em relação à sua atual medicação.
- Pergunte quais os potenciais efeitos secundários dos medicamentos prescritos.
- Se estiver a tomar medicamentos para a dor pergunte se estes contêm acetaminofeno ou ibuprofeno e se for o caso certifique-se de que não toma em casa medicamentos que contenham estes princípios ativos como é o caso de muitos medicamentos para as constipações, sinusite ou para dormir. A toma em excesso de acetaminofeno ou ibuprofeno pode provocar danos no fígado ou hemorragias.

- Pergunte qual é a data da próxima consulta de reavaliação.
- Assegure-se de que o hospital informou o seu médico de família dos detalhes referentes ao seu internamento.

## Atenção!

**Se o doente estiver ligado a aparelhos, alerte o profissional de saúde, sempre que o alarme de algum monitor disparar.**

## Alerte o profissional de saúde se o doente apresentar os seguintes sintomas:

- **Dor anormal ou extrema**
- **Inchaço, vermelhidão e dificuldades em respirar (podem ser sinais de coágulos de sangue e deve estar atento aos mesmos durante pelo menos o primeiro mês após a cirurgia)**
- **Febre, erupções vermelhas, dor, corrimento e/ou inchaço à volta da cicatriz e dor quando urina (podem ser sinais duma infeção na ferida operatória, no sangue ou no sistema urinário)**
- **Falta de ar, palidez ou frio, reduzida quantidade de urina, confusão mental, respiração rápida (podem ser sinais de hemorragia interna ou choque)**
- **Falta de apetite, perda de peso, depressão, ansiedade ou insónias.**

**No caso do médico ter decidido que deve manter a sua medicação habitual no pós-operatório e por lapso esta não lhe estar a ser administrada por favor alerte imediatamente o profissional de saúde.**

**Pergunte sempre que tiver dúvidas e não tenha receio de alertar os profissionais!**