



**Ελληνική Εταιρεία  
Αρθροσκόπησης,  
Χειρουργικής Γόνατος &  
Αθλητικών Κακώσεων  
«Γεώργιος Νούλης»**

**www.eae-net.gr**

Ταχ. Διεύθυνση:  
ΤΘ 17114, 10024 Αθήνα  
Τηλ.: 210 7230601  
Κάθε Πέμπτη  
17:00-22:00

Δεν είστε υποχρεωμένος να δεχθείτε την επέμβαση που σας προτείνουν.

Δίνοντας τη συγκατάθεσή σας όμως, αυτό συνεπάγεται αποδοχή συγκεκριμένων υποχρεώσεων.

Αυτές ακολουθούν αυστηρούς κανόνες ασφαλείας και συνδέονται με την προετοιμασία και την εξέλιξη της επέμβασης.

Αναφέρουμε εδώ τις συνήθειες συστάσεις.

Πρόκειται ωστόσο για γενικές πληροφορίες. Οι γιατροί σας θα σας δώσουν περαιτέρω διευκρινήσεις ανάλογα με την περίπτωσή σας.

## Πριν την επέμβαση

Η επέμβαση πρέπει να προγραμματιστεί, κάτι που δεν είναι πάντα εφικτό, σε χρόνο που εσείς επιθυμείτε, διότι πρέπει να είστε σωστά προετοιμασμένος.

Ρυθμίστε αναλόγως τις υποχρεώσεις σας σχετικά με την εργασία και την οικογένειά σας... Μην ξεχνάτε ότι η νοσηλεία σας μπορεί να διαρκέσει περισσότερο από το προβλεπόμενο και η επιστροφή στις καθημερινές σας δραστηριότητες να καθυστερήσει.

Η συζήτηση με τον υπεύθυνο γιατρό για την αναισθησία (**αναισθησιολόγος**) είναι υποχρεωτική. Επιτρέπει την επιλογή της κατάλληλης αναισθησίας, σύμφωνα με το ιατρικό ιστορικό σας.

Πραγματοποιήστε όλες τις απαιτούμενες συμπληρωματικές εξετάσεις, ακόμα και αν είναι πολλές. Επιτρέπουν στο χειρουργό και τον αναισθησιολόγο να έχουν όλες τις απαραίτητες πληροφορίες για την καλύτερη έκβαση της επέμβασης.

Προγραμματίστε έγκαιρα το ραντεβού σας και συγκεντρώστε όλα τα σχετικά έγγραφα που διαθέτετε (ακτινογραφίες, διαγνώσεις...).

Σημειώστε τις οδηγίες που σας δίνουν και ρωτήστε το χειρουργό σας για όλες τις απορίες που προκύπτουν. Ενημερώστε το γιατρό που σας κουράρει συνήθως.

Προσπαθήστε να βελτιώσετε την κατάσταση της υγείας σας ανάλογα με τις συστάσεις των γιατρών (πιθανή απώλεια βάρους, διακοπή καπνίσματος, θεραπεία κάποιων ιατρικών προβλημάτων, αλλαγή τρόπου ζωής, προσοχή σε συγκεκριμένες δραστηριότητες ...).

Μπορεί να σας ζητηθεί να διακόψετε τη λήψη κάποιων φαρμάκων. Κάντε το στους χρόνους που προβλέπεται και αν το ξεχάσετε ενημερώστε το γιατρό σας.

Ακόμα και αν σας φαίνεται ασήμαντο, μη λαμβάνετε καμία θεραπεία χωρίς ιατρική συμβουλή.

Συνήθως δεν πρέπει να πάρετε ασπιρίνη, ακόμα και σε μικρές δόσεις, 15 μέρες πριν την επέμβαση. Αυτό το φάρμακο μειώνει την πηκτικότητα του αίματος, γεγονός που μπορεί να δημιουργήσει πρόβλημα στη διάρκεια της επέμβασης ή κατά την επούλωση.

Παρατηρήστε την κατάσταση του δέρματός σας στην περιοχή της επέμβασης αλλά και ευρύτερα. Δεν πρέπει να είναι μολυσμένη.

Μη διστάσετε να επικοινωνήσετε με το χειρουργό σας σε περίπτωση αμφιβολίας. Η συζήτηση θα σας απαλλάξει από περιττές φοβίες.



**Ελληνική Εταιρεία  
Αρθροσκόπησης,  
Χειρουργικής Γόνατος &  
Αθλητικών Κακώσεων  
«Γεώργιος Νούλης»**

**www.eae-net.gr**

Ταχ. Διεύθυνση:  
ΤΘ 17114, 10024 Αθήνα  
Τηλ.: 210 7230601  
Κάθε Πέμπτη  
17:00-22:00

**Μέλος Ελληνικής  
Αρθροσκοπικής Εταιρείας**

## Πριν την εισαγωγή σας στο νοσοκομείο...

Μην ξεχάσετε να πάρετε μαζί σας όλα τα απαραίτητα ιατρικά και διοικητικά έγγραφα (βιβλιάριο ασθενείας, ακτινογραφίες, διαγνώσεις...).

Τηρήστε τις οδηγίες που αναφέρονται στα έγγραφα που θα σας παραδώσουν στο νοσοκομείο ή κλινική που θα νοσηλευτείτε.

Πρέπει οπωσδήποτε να είστε νηστικός (το τελευταίο σας γεύμα πρέπει να είναι τουλάχιστον 6 ώρες προ χειρουργείου) και να μην έχετε καπνίσει πριν την επέμβαση.

Είναι πολύ σημαντικό γιατί αν σας «κοιμήσουν» τελείως (**γενική αναισθησία**) και έχετε γευματίσει ή καπνίσει, το οξύ υγρό που δημιουργείται από το στομάχι σας μπορεί να περάσει στους πνεύμονες και να τους τραυματίσει σοβαρά.

Πρέπει να γνωρίζετε ότι ακόμα και αν δεν προβλέπεται γενική αναισθησία στην περίπτωση σας, μπορεί να χρειαστεί αν προκύψει κάποιο πρόβλημα. Είναι απαραίτητο λοιπόν να λάβετε αυτά τα μέτρα προφύλαξης.

Η επέμβαση πρέπει να πραγματοποιηθεί υπό άριστες συνθήκες υγιεινής, για αυτό πρέπει να ελέγξετε το δέρμα σας για τυχόν βρώμικη ή ερεθισμένη περιοχή.

Χωρίς αυτές τις προφυλάξεις, υπάρχει ο κίνδυνος ανάπτυξης μικροβίων στην πληγή (**λοιμώξη**). Ακριβώς πριν την επέμβαση κάντε μπάνιο και λούστε τα μαλλιά σας.

Αφαιρέστε όλα σας τα κοσμήματα, τους φακούς ή τα τεχνητά δόντια (εφόσον αφαιρούνται). Αυτά τα αντικείμενα μπορεί να είναι φορείς μικροβίων, να ενοχλούν στην επέμβαση ή να εμποδίζουν κάποιους ελέγχους.

Κόψτε κοντά τα νύχια σας! Μπορεί να κρύβουν μικρόβια. Όχι μανό στα νύχια: το φυσικό χρώμα των νυχιών προσφέρει χρήσιμες πληροφορίες για τους γιατρούς!

## Μετά την επέμβαση...

Ακολουθείστε κατά γράμμα τις συστάσεις του χειρουργού σας (προσοχή, βασικές φροντίδες, φυσιοθεραπεία...), και να είστε συνεπής στις προγραμματισμένες επισκέψεις επανεξέτασης.

Κάντε έγκαιρα όλες τις απαραίτητες εξετάσεις (ακτινογραφίες, αναλύσεις αίματος...). Είναι σημαντικό για να αποφύγουμε ατυχήματα και να διασφαλίσουμε το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα.

Αν λαμβάνετε συγκεκριμένη φαρμακευτική αγωγή, ρωτήστε το γιατρό σας αν μπορείτε να ακολουθήσετε τη θεραπεία σας. Μπορεί λογικά να την προσαρμόσει.

Δεν πρέπει να πάρετε ασπιρίνη για τις επόμενες 15 μέρες που ακολουθούν την επέμβαση, εκτός αν σας συστήσει διαφορετικά ο γιατρός σας,

Μη διστάσετε να ρωτήσετε τους γιατρούς για οποιαδήποτε αμφιβολία σας.

Ο χειρουργός δεν είναι ο μόνος υπεύθυνος για την επιτυχία της επέμβασης. Και η δική σας συμπεριφορά συμβάλλει επίσης σημαντικά.

*Σύνταξη: D. Gosset*

*Μετάφραση: Μ. Σαλταγιάννη*

*Επιμέλεια: Ν. Τζανακάκης*

*Ε. Αντωνογιαννάκης*