

Krooniliste haiguste kontroll

Patsientidel, kellel on kroonilised haigused hästi jälgitud ja ravitud, on operatsioonijärgseid tüsistusi 30 – 50 % vähem.

Riskid:

- kõrgvererõhu korral tõuseb südameinfarkti, ajuinfarkti ja verejooksu risk
- suhkruhaigus aeglustab haavade paranemist ja tõstab infektsioonide ning operatsioonihaavade lahtimineku riski
- kroonilised kopsuhaigused (KOK, astma): tõstavad kopsupõletiku, hapnikupuuduse ja hingamisaparaadi toetuse riski
- ülekaal tõstab südameveresoonekonna ja haavade tüsistuste riski

Soovitused:

Kõrgvererõhktõbi

- hoia vererõhk alla 140/90 mmHg
- võta määratud ravimeid ja mõõda vererõhku regulaarselt

Suhkruhaigus

- hoia pikaajase glükeeritud hemoglobiini näitu (HbA1c) alla 6,5 %.
- mõõda veresuhkrut ning järgi toitumis- ja ravisoovitusi
- vajadusel konsulteerige perearsti või endokrinoloogiga

Kroonilised kopsuhaigused

- loobu suitsetamisest
- harjutada hingamistehnikat ja kasuta inhalaatoreid juhiste järgi (kuni operatsioonini, vajadusel suuremas annuses)
- haiguse ägenemisel teavitada raviarsti ja lükata operatsioon edasi

Ülekaal

- suurenda liikumist (vt allpool täpsemalt “Füüsiline ettevalmistus”)
- järgi tasakaalustatud toitumist ja tarbi piisavalt valku (vt allpool täpsemalt “Toitumisenõustamine”)