

## Metodologia przygotowania pacjenta do zabiegu hirudoterapii

### Zalecenia:

- **Przygotuj dokumentację medyczną**

Przed pierwszym zabiegiem należy wykonać badania z krwi. Wskazane badania przekaże terapeuta przed zabiegiem. W tym celu prosimy o wcześniejszy kontakt telefoniczny z naszą placówką.

- **Nie zmieniaj dawki leków**

Bardzo ważne jest by 24 godziny przed zabiegiem i 48 godzin po zabiegu, w miarę możliwości nie zwiększać dawki leków, zwłaszcza nasercowych i regulujących ciśnienie. Może to mieć wpływ na krwawienie i przebieg terapii.

- **Usuń owłosienie z okolicy zabiegowej**

Przed zabiegiem należy ogolić lub ztrymować włosy do długości max. 3-4 mm w miejscu zabiegowym oraz dookoła niego. Jest to konieczne z dwóch względów – po pierwsze im większe owłosienie tym plastry będą słabiej trzymały opatrunek, po drugie odrywanie opatrunku z owłosionej skóry jest bolesne i może podrażnić mieszki włosowe. Warto więc usunąć owłosienie z okolicy zabiegowej około 24 godziny przed terapią, gdyż naklejenie plastrów na świeżo ogolone ciało może wywołać odczyn alergiczny.

**UWAGA:** pierwsze aplikacje są zlokalizowane na brzuchu, nawet jeśli ból dotyczy kolana. Należy przygotować zarówno kolano, jak i brzuch.

- **Umyj ciało bezzapachowym mydłem**

Przed zabiegiem pacjent powinien dokładnie wymyć wodą całe ciało, pozbawiając je resztek kosmetyków. W czasie kąpieli przed zabiegiem pacjent powinien użyć bezzapachowego mydła naturalnego. Olejki eteryczne i osady z żeli zapachowych i mydeł mogą zniechęcić pijawki do pracy. Pijawki są wrażliwe na nienaturalne zapachy. Po zabiegu hirudoterapii, przez 24h nie można moczyć opatrunku.

- **Nie używaj kosmetyków po kąpieli**

Po kąpieli przed zabiegiem hirudoterapii nie należy używać kosmetyków, zwłaszcza perfumowanych aerozoli, dezodorantów, olejków ani balsamu do ciała. Dotyczy to nie tylko miejsca schorzenia, ale przede wszystkim brzucha i klatki piersiowej.

- **Ubierz się ciepło i w luźne ubranie**

Ważne, by ubranie jakie ma na sobie pacjent było luźne. Opatrunki zajmują dużo miejsca, więc może wystąpić problem z założeniem np. zbyt obcisłych spodni. Jeśli zabieg ma być wykonany na stopie, należy zasugerować zabranie kłapek lub butów, z których w razie potrzeby wyjmie się sznurówki.

- **Nie pij alkoholu ani napojów energetycznych**

Przez co najmniej dobę przed planowanym zabiegiem obowiązuje zakaz spożywania alkoholu, a w dniu zabiegu stanowczo odradza się picia kawy i napojów energetycznych podnoszących ciśnienie krwi.

- **Nie jedz czosnku, cebuli i ostrych potraw**

W dzień zabiegu nie powinno się spożywać cebuli, czosnku i ostrych przypraw. Powodują one zmianę zapachu skóry i odstraszą pijawki. Kapsaicyna natomiast, czyli substancja nadająca ostry smak, ma wpływ na ciśnienie krwi i rozszerzalność naczyń i może zwiększyć krwawienie po zabiegu.

- **Pij dużo wody i zjedz pełnowartościowy posiłek**

Organizm musi być odpowiednio nawodniony. Należy pić wodę na co dzień, ale w dniach poprzedzających terapię jest to szczególnie ważne. Warto też zadbać o dietę, gdyż ubytek krwi po zabiegu może osłabić. Hirudoterapii nie powinno się wykonywać w trakcie głodówek, ani przy restrykcyjnych dietach redukcyjnych.

- **Zadaj nurtujące Cię pytania!**

Terapeuta rozwieje wszystkie wątpliwości i odpowie nawet na trudne pytania.

### **Przygotowanie do terapii w serii:**

- Zachęcamy do prowadzenia dzienniczka żywieniowego.
- Dążymy do minimum 3 CIEPŁYCH posiłków dziennie. Zalecamy częste spożywanie naturalnych zup wzmacniających i kompotów.
- Zachęcamy do podgrzewania moxą lub termoforem okolic TH 6-9 z prawej strony, celem ogrzania przewodu wspólnego żółci.
- Należy zaopatrzyć się w materiały do dezynfekcji i opatrunkowe.
- W razie wystąpienia syndromów postaplikacyjnych należy skontaktować się hirudoterapeutą.