



# **IL PROGRAMMA ERAS IN CHIRURGIA COLO-RETTALE**

Gentile Signora/e \_\_\_\_\_

Il personale medico e infermieristico avrà cura di informarla su tutte le procedure e di rispondere a tutte le sue domande; è molto importante che ogni eventuale dubbio trovi risposta poiché sarà determinante la sua completa comprensione e collaborazione al programma stesso.



## CHE COS'È IL PROGRAMMA ERAS

Lei è stato accuratamente selezionato attraverso criteri oggettivi che tengono conto della sua malattia, delle sue condizioni generali e delle sue condizioni socio-familiari (giudicate adeguate da una equipè multidisciplinare per ottenere un ottimale decorso post operatorio) per partecipare al progetto ERAS.

Il programma ERAS (Enhanced Recovery After Surgery) ovvero miglior recupero dopo intervento chirurgico, si basa su accurati studi clinici condotti in tutto il mondo e validati con metodo scientifico, garantendo una totale sovrapposibilità in termini di sicurezza e affidabilità con la chirurgia tradizionale. Tale progetto, ha come obiettivo quello di consentire una ripresa più fisiologica dopo l'intervento e consentire una rapida ripresa dell'autonomia e un rapido ritorno a casa. Fondamentale sarà la sua attiva partecipazione al programma.

Le consigliamo fortemente di smettere di fumare prima dell'intervento, poiché questo ridurrà il rischio di complicanze respiratorie post operatorie.

L'esercizio fisico aiuterà il suo corpo a essere il più in forma possibile per l'intervento. Se già lo pratica, continui pure questa buona abitudine; in caso contrario inizi ad aggiungere lentamente l'esercizio nelle sue giornate. L'esercizio fisico non deve essere faticoso per essere benefico: infatti, una camminata di 15 minuti è molto meglio del non fare alcun esercizio.

## **SU COSA LAVOREREMO INSIEME:**

### **BUONA ALIMENTAZIONE ED IDRATAZIONE**

A domicilio le verrà indicato di seguire una dieta leggera e priva di fibre e verrà preso in



carico dalla dietologa/dietista. Il giorno dell'intervento fino a sei ore prima continuerà a seguire questo tipo di dieta, fino a due ore prima potrà ancora bere.

Nel pomeriggio e alla sera prima dell'intervento e la mattina stessa le verranno somministrate delle maltodestrine (zuccheri facilmente assimilabili che aiutano a ridurre il senso della sete, assicurare l'energia necessaria per affrontare lo stress perioperatorio e diminuire la quantità di liquidi infusi endovena).

Nel post operatorio, a partire da due ore dopo il risveglio potrà bere acqua e circa sei ore dopo iniziare un'alimentazione leggera.

Dalla prima giornata post operatoria, la inviteremo a bere almeno un litro d'acqua e seguire la dieta più indicata per il suo tipo d'intervento.

## MOBILIZZAZIONE

Al momento dell'ingresso in reparto le verrà consegnato il Diario della Mobilizzazione, che dovrà compilare autonomamente. La incoraggeremo a stare seduto dopo due ore dal rientro dalla sala

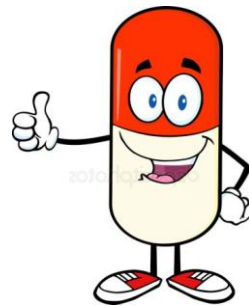


operatoria e successivamente a camminare dalla prima giornata post operatoria per almeno 600 mt (4 giri del reparto); incrementando tale attività nei giorni successivi. L'obiettivo è quello di non perdere massa e forza muscolari, migliorare la funzione polmonare e favorire una rapida ripresa del transito intestinale.

## CONTROLLO DEL DOLORE

Ciò che genera più ansia dopo l'intervento chirurgico è la paura del dolore. La sensazione fisica del dolore,

è vissuta diversamente da ognuno di noi ed è influenzata da diversi fattori, fra cui le esperienze precedenti. Segnali sempre prontamente al personale infermieristico la comparsa del dolore e lo indichi in una scala da zero a dieci, dove zero è l'assenza del dolore e dieci è il massimo dolore immaginabile.



## PREPARAZIONE ANTIBIOTICA, INTESTINALE E IGIENE



In base al tipo d'intervento oltre alla preparazione intestinale la sera prima (in reparto le verrà consegnato un clisma evacuante), potrebbe anche essere necessaria la mattina prima una preparazione orale diluita in due litri d'acqua.

La sera prima dell'intervento effettui sempre una doccia. Si ricordi di togliere prima di andare in sala operatoria monili, protesi dentarie o acustiche e le affidi a un familiare per custodirle.

La mattina dell'intervento verrà depilato nella zona addominale e della coscia e zona perianale se necessario.

Inoltre le verrà consegnata una preparazione antibiotica che dovrà assumere a domicilio e continuare anche in reparto il giorno del ricovero.

## DIMISSIONE



Il suo rientro a casa verrà a patto che siano presenti i requisiti di sicurezza:

- Adeguata alimentazione orale
- Buon controllo del dolore con analgesici in compresse
- Autonomia nella mobilizzazione e nelle cure igieniche
- Ripresa del transito intestinale

Potrà assumere una dieta “libera” salvo particolari indicazioni date dal chirurgo.

A domicilio continui a camminare diverse volte al giorno, aumentando gradualmente la distanza e l'intensità. Non sollevi più di un paio di chili fino a 4-6 settimane dopo l'intervento.

Sarà possibile fare la doccia dopo la visita di controllo e il benessere del chirurgo. Lavi la zona senza strofinare e lasci scorrere l'acqua sull'incisione. Non faccia il bagno per due settimane.

Durante il ricovero si ricordi di portare la biancheria personale, asciugamani, pigiama, ciabatte, il necessario per la toilette, i farmaci che assume a domicilio. Si ricordi i documenti (tessera sanitaria e carta d'identità). Lasci a casa oggetti di valore.

Una volta a casa potrà contattarci 24 ore su 24 al numero 0121-233260 chiedendo del chirurgo di guardia o tramite email all'indirizzo [npipitone@aslto3.piemonte.it](mailto:npipitone@aslto3.piemonte.it)

Dopo circa dieci giorni dall'intervento sarà prenotata la visita ambulatoriale.

### **MEDICI CHIRURGHI**

Dott. Andrea Muratore  
Dott.ssa Nicoletta Sveva Pipitone Federico  
Dott. Marcello Calabrò

### **ANESTESISTI**

Dott. Mauro Pastorelli  
Dott.ssa Miranda Salvai

### **DIETOLOGA**

Dott.ssa Irina Goreva

### **DIETISTE**

Elena Artino  
Roberta Cavagna  
Ilenia Forestiero

### **INFERMIERI**

Elisa Garia  
Federica Paganin  
Coordinat. Inferm. Manuela Rosini

Rev.18/11/2020

