# Zalecenia dla Pacjenta po zabiegu endoskopowej dyssekcji podśluzówkowej (ESD)

**Zabieg endoskopowej dyssekcji podśluzówkowej jelita grubego to skuteczna metoda leczenia polipów, ale wymaga odpowiedniego odpoczynku i przestrzegania zaleceń po zabiegu.**

Zabieg ESD polega na wprowadzeniu do jelita standardowego endoskopu, a następnie po dokładnej ocenie guza, wycięciu go specjalnym rodzajem noża endoskopowego. Jest to procedura inwazyjna, niepozbawiona ryzyka powikłań. Występują one u około 5% chorych. Nie jest możliwe wykonanie tego typu zabiegu w trybie ambulatoryjnym. Chory musi po zabiegu pozostać w szpitalu na obserwacji. W przypadku braku powikłań chory opuszcza szpital 1-2 dni po zabiegu.

Regularne kontrole są kluczowe w zapobieganiu dalszym problemom zdrowotnym.

## 1. Po zabiegu – co się może wydarzyć?

Po zabiegu pacjent może odczuwać różne dolegliwości, które mogą obejmować:

- Ból lub uczucie wzdęcia w jamie brzusznej – jest to normalne, ale powinno ustąpić w ciągu kilku dni. Wzdęcia, trudności w trawieniu – mogą wystąpić na skutek wprowadzenia powietrza do jelita w trakcie zabiegu.
- Krwawienie z miejsca usunięcia polipa – jest to również częste, ale krwawienie powinno być niewielkie. W przypadku dużego krwawienia, należy niezwłocznie skontaktować się z lekarzem.

## 2. Zalecenia po zabiegu

### 2.1. Dieta

- Bezpośrednio po zabiegu: obowiązuje dieta ścisła.
- Po 24 godzinach: Jeśli lekarz prowadzący zadecyduje o możliwości wprowadzenia diety unikaj jedzenia twardych lub ciężkostrawnych pokarmów. W tym czasie warto stosować dietę płynną, kleikową, aby umożliwić jelitu regenerację. Następnie stopniowo wprowadzaj lekkostrawne jedzenie, takie jak gotowane warzywa, ryż, pieczywo pszenne, chude mięso, a także unikaj tłustych, ciężkich potraw.
- Unikaj alkoholu i napojów gazowanych przez co najmniej tydzień po zabiegu, ponieważ mogą one powodować podrażnienie jelit.
- Unikaj spożywania czerwonego barszczu i soków z owoców o intensywnym czerwonym zabarwieniu.

### 2.2. Aktywność fizyczna

- Unikaj intensywnego wysiłku fizycznego przez co najmniej 3-4 tygodnie, aby dać jelitu czas na regenerację.
- Należy unikać podnoszenia ciężkich przedmiotów, ćwiczeń siłowych.

### 2.3. Zawroty głowy, zmęczenie

- W pierwszych dniach po zabiegu może wystąpić uczucie zmęczenia lub osłabienia. Jeśli masz zawroty głowy, spróbuj odpocząć w pozycji leżącej i pij dużo płynów.

### 2.4. Kontrola objawów

- Krwawienie: W małych ilościach jest normalne, ale jeżeli zauważysz obfite krwawienie (większe niż kilka łyżek stołowych), silny ból brzucha, gorączkę lub trudności z oddawaniem stolca, niezwłocznie skontaktuj się z lekarzem.
- Ból brzucha: Jeżeli ból jest silny lub nie ustępuje po lekach przeciwbólowych, skonsultuj się z lekarzem.

## 3. Kiedy zgłosić się do lekarza?

- W przypadku wystąpienia:
  - Obfitego krwawienia (większego niż kilka łyżek stołowych).
  - Wzrostu temperatury ciała powyżej 38°C.
  - Silnego, nieustępującego bólu brzucha.
  - Trudności w oddawaniu stolca lub niemożności wypróżnienia się przez kilka dni.

## 4. Przyszłe kontrole

Po zabiegu pacjent powinien regularnie uczestniczyć w wizytach kontrolnych u lekarza. Zazwyczaj w zależności od wyników zabiegu, kolejna kontrolna kolonoskopia może być zaplanowana na 1–3 lata po zabiegu. Należy ściśle trzymać się zaleceń lekarza.

## 5. Ryzyko powikłań

Zabieg może wiązać się z ryzykiem:

- Krwawienia, szczególnie w pierwszych dniach po zabiegu.
- Perforacji jelita (przedziurawienie ściany jelita), chociaż jest to rzadkie.
- Infekcji, która może objawiać się gorączką, bólem brzucha i zaczerwienieniem.

Pamiętaj o dbałości o zdrowie jelit i przestrzeganiu zaleceń, aby przyspieszyć proces rekonwalescencji. Jeśli masz jakiekolwiek pytania lub wątpliwości, skontaktuj się ze swoim lekarzem prowadzącym.

Kontakt dla Pacjentów po zabiegu ESD w Szpitalu Szamocka LUX MED Onkologia:

gabinet lekarski **22 469 83 08**

dyżurka pielęgniarek **22 469 83 80**