Upute za pacijente za hiperbaričnu oksigenoterapiju

Liječenje hiperbaričnim kisikom (HBOT) u barokomori jedna je od najsigurnijih terapijskih procedura s vrlo rijetkim i najčešće blagim neželjenim učincima koji se mogu izbjeći ako se pridržavate propisanih uputa.
Zavod za hiperbaričnu medicinu opremljen je suvremenom medicinskom opremom, sigurnosnim i komunikacijskim sustavima te videonadzorom. Tijekom svakog HBOT tretmana prisutan je nadzor i pratnja medicinskog osoblja u barokomori i izvan nje.

Sigurnosne mjere i pravila ponašanja prilikom liječenja u barokomori

Osobna higijena: prije svakog tretmana obavezna je kompletna osobna higijena s pH neutralnim sapunom i šamponom za kosu koji je potrebno dobro isprati običnom vodom. Posebnu pozornost obratite na kožu lica (obrijana brada), vrata te ruku i nogu. Prije svakog tretmana obavezna je kompletna higijena usne šupljine s pastom za zube i običnom vodom.
Obratite pozornost i na čistoću noktiju na rukama i nogama. Lak za nokte potrebno je ukloniti, a ostatke acetona dobro isprati običnom vodom. Savjetujemo obavljanje nužde prije početka HBOT-a.

Odjeća i obuća: prije početka HBOT-a osoblje će Vam dodijeliti pamučnu odjeću, koja će biti isključivo Vaša tijekom trajanja tretmana. Donje rublje i čarape moraju biti od 100%-tnog pamuka, čiste i bez ostataka kozmetičkih preparata.

Strogo je zabranjeno nošenje grudnjaka s metalnom podstavom (žicom), remena te sintetičke i vunene odjeće.
Potrebno je ponijeti sa sobom kućne papuče bez metalnih dijelova i bez premaza na bazi masti, ulja i/ili laka. Osoblje Zavoda će Vam dodijeliti zaštitne navlake za obuću koje ste dužni nositi tijekom HBOT tretmana.

Kozmetički proizvodi i nakit: strogo je **ZABRANJENO** korištenje svih vrsta šminke i kozmetičkih proizvoda (pudera, maskare, tuša, ruža za usne, dezodoransa, parfema, laka za kosu ili nokte, ulja, losiona, krema, masti, vazelina, glicerina, gelova

za tijelo i kosu i dr.) te nošenje nakita (naušnica, cirkona, ogrlica, lančića, prstenja, satova, ukosnica te svih vrsta piercinga i sl.).

Medicinska pomagala: dozvoljena su medicinska pomagala (pace maker i sl.) ili implantati za koje pacijent dostavi dokumentaciju koja dokazuje rad pomagala pod povećanim atmosferskim tlakom (certifikat proizvođača).

Hrana i piće: strogo je **ZABRANJENO** unošenje hrane i pića u barokomoru. Prije tretmana jedite laganu hranu koja ne nadima (izbjegavajte tešku, začinjenu i masnu hranu) te popijte dovoljno tekućine. ZABRANJENO je dan prije i na sam dan tretmana piti alkoholna i gazirana pića. Kroničnu terapiju uzmite prema ustaljenom rasporedu ako liječnik ZPHM nije drugačije odredio.

U barokomoru je **ZABRANJENO** unositi:

* cigarete, šibice, upaljač i ostale zapaljive stvari
* jastuke, deke
* uređaje za grijanje (npr. grijače za ruke i sl.)
* objekte sa šupljim prostorima (npr. termos-boce, električne žarulje i sl.)
* metalne predmete (satove i sl.)
* električne/elektroničke uređaje (npr. mobitel, radio, konzolne igre, dječje igračke i sl.)
* otopine (npr. alkohol, ljepila, parfeme, sredstva za čišćenje i sl.)
* oštre predmete (noževe, igle i sl.)
* posude pod tlakom (pumpice, sprejeve i sl.).

Preporuke za pacijente prije, tijekom i nakon liječenja u barokomori

Prije ulaska u barokomoru

Molimo Vas da sa sobom ne donosite vrijednosti ili novac. Osoblje Zavoda za hiperbaričnu medicinu ne odgovara za Vaše osobne stvari, novac, nakit i druge vrijednosti.

Prijavu na tretman obavite 30 minuta prije početka terapije s D1 uputnicom za HBOT s odgovarajućom dijagnozom. Nakon prijave, osoblje će Vas uputiti u garderobu, dodijelit će Vam ormarić i posebnu pamučnu odjeću za upotrebu u hiperbaričnoj komori, izmjerit će Vaše vitalne znakove i povesti Vas u barokomoru.

Tamo ćete se smjestiti na predviđeno mjesto i osoblje će obaviti konačnu provjeru Vašeg stanja. Slijedi zatvaranje vrata komore i provjera sustava komunikacije s operaterom komore. Nakon provjere pacijenata, komunikacijskog sustava i sigurnosnog sustava započinje tlačenje.

Tijekom boravka u barokomori

S početkom izlaganja povišenom tlaku trebate započeti izjednačavanje pritiska u srednjem uhu Valsavinim manevrom, pomicanjem donje čeljusti ili gutanjem vode. U suprotnom ćete primijetiti lagano pucketanje u ušima i/ili osjećaj da su Vam uši začepljene. Ukoliko osjetite bol bilo koje vrste, odmah recite "STOP" i operater će zaustaviti proces tlačenja dok ne nestanu simptomi.

Valsalvin manevar: stisnite nosnice prstima tako da kroz njih više ne prolazi zrak, udahnite duboko na usta te usta čvrsto zatvorite. Polagano krenite puhati na nos koji je i dalje zatvoren prstima sve dok se uši, zubi i sinusi ne adaptiraju, a pritisak izjednači. Kako kompresija bude rasla, rast će i subjektivan osjećaj topline prostora. Osjećaj topline stabilizirat će se kada se postigne konstantni tlak. Kako kompresija bude opadala, padat će i subjektivni osjećaj topline.

Moguća je pojava magle u prostoru, što je potpuno normalno zbog kondenzacije vlage. Tijekom HBOT-a zrak kontinuirano prolazi kroz barokomoru radi održavanja čiste atmosfere, što stvara buku koja može varirati, ali je normalan zvuk rada komore.

- **OBVEZNI** ste pažljivo slušati i slijediti uputstva pratioca.
- **OBVEZNI** ste sjediti na mjestu koje Vam je dodijeljeno.
- Tijekom tretmana **NE SMIJETE** razgovarati s drugim pacijentima oko Vas, osim iznimno, s pratiocem.
- Maske **OBVEZNO** postavlja i skida pratitelj u komori.
- Za vrijeme tretmana ostanite mirni, nemojte paničariti. Koncentrirajte se na ritam disanja koji mora biti normalne dubine, spontan i bez forsiranja. Zadržavanje daha može rezultirati ozljedom pluća. U slučaju bilo kakvih nepredviđenih događaja u barokomori ostanite sjediti na svojim mjestima, s maskom na licu i slijedite upute pratioca i/ili operatera.

Nakon boravka u barokomori

Normalno je da nakon tretmana osjetite blagi umor. Ponekad pacijenti izjavljuju da nakon tretmana osjećaju vrtoglavicu koja obično ne traje dugo i ne ometa normalne dnevne aktivnosti. U rijetkim slučajevima, bolesnici razviju privremene promjene vida koje će se vratiti u stanje prije liječenja u roku od šest do osam tjedana nakon kraja tretmana. Dok ne uvidite kako Vam tijelo reagira na HBOT, savjetujemo Vam da si osigurate pratnju za prve tretmane.

Obvezno nas obavijestite o eventualnom izostanku.
Za sve zdravstvene probleme ili moguće nuspojave prije, tijekom ili nakon boravka u barokomori obratite se djelatnicima Zavoda za hiperbaričnu medicinu.
U slučaju bilo kakve prehlade, gripe, crijevne viroze ili drugih akutnih oboljenja za vrijeme trajanja HBOT-a, obavijestite osoblje Zavoda za hiperbaričnu medicinu osobno ili telefonski na broj 044 627 126.

Molimo Vas da se pridržavate navedenih uputa i pravila ponašanja jer su ona važna za Vašu sigurnost, kao i za sigurnost drugih pacijenata i osoblja Zavoda.