

## A GESTÃO DA DOR

O anestesista, bem como a equipa de enfermagem, zelam pelo seu conforto, aliviando o melhor possível a dor pós-operatória imediata e posterior, utilizando a associação de diversos analgésicos.

O objetivo é a retoma precoce de um tratamento oral que permita o regresso a casa em otimas condições.

A equipa pluridisciplinar está à sua escuta e permanece disponível se sentir necessidade.

## FISIOTERAPIA

Logo ao despertar, a mobilização é feita diariamente e precocemente pela equipa de fisioterapeutas. Esta permite de reduzir o risco de trombose e favorece a retoma física, o conforto, um ganho de autonomia rápido e o regresso a casa a curto prazo.

## O SEU REGRESSO A CASA EM SEGURANÇA

A equipa de saúde e médica vai lhe dar alta desde que esteja acompanhado(a) por um ente querido e se preencher os criterios seguintes :

- sem febre,
- dor reduzida a níveis toleráveis,
- retoma da alimentação e do transito intestinal,
- aparência da cicatriz,
- prepare os seus tratamentos pessoais,
- e o mais importante, o seu degrau de autonomia.

## O SEU ACOMPANHAMENTO EM CASA

O(a) seu enfermeiro(a) coordenador(a) pode ser contactado(a) a qualquer altura, bem como os serviços de atendimento domiciliar que, através da suas visitas regulares, monitoram a qualidade dos cuidados de saúde.

Irá obter os seus documentos de alta depois juntamente com uma consulta agendada para depois de 2 semanas com seu chirurgião.

Hôpital Kirchberg  
9, Rue Edward Steichen, L-2540 Luxembourg  
T +352 286 911  
[www.hopitauxschuman.lu](http://www.hopitauxschuman.lu)  
[acteurdemasante.lu](http://acteurdemasante.lu)  
[facebook.com/hopitauxrobertschuman](http://facebook.com/hopitauxrobertschuman)

## CONTACTOS

Enfermeiro(a) coordenador(a) (segunda e terça):  
T +352 2862 5161/5160  
E [hrs.raac@hopitauxschuman.lu](mailto:hrs.raac@hopitauxschuman.lu)

Serviço de pré-hospitalização :  
T +352 2862 5050

Serviço de fisioterapia :  
T +352 2862 3400

Serviço de apoio ao domicilio (Hëllef Doheem) :  
T +352 2862 2700

Serviço de ortopedia :  
T +352 2862 6510



Réf. Nr. article Orbis: 1024944  
Description: FLYER RAAC PT  
Imprimé au Luxembourg  
W. 01 2026 – Ed. 01 2026

**HÔPITAUX  
ROBERT  
SCHUMAN**



E SE VOCÊ SE TORNASSE O ATOR DA  
SUA SAÚDE !



**R.A.A.C**  
**RECUPERAÇÃO**  
**ACELARADA**  
**APÓS CIRURGIA**

[hopitauxschuman.lu](http://hopitauxschuman.lu)

[facebook.com/hopitauxrobertschuman](http://facebook.com/hopitauxrobertschuman)

## O MODO DE SUPORTE R.A.A.C. EM ALGUMAS PALAVRAS

VOCÊ ACABOU DE CONSULTAR O SEU CIRURGIÃO E ELE DECIDIU INCLUI-LO(LA) NO PERCURSO R.A.A.C.

O seu atendimento será então multidisciplinar.  
Procedimento :

### R.A.A.C. na parte de manhã

- marque uma consulta no serviço de pré-hospitalização (SPH),
- marque uma consulta com o anestesista,
- marque uma consulta com enfermeiro(a) coordeonador(a),
- marque uma consulta com o serviço de cuidados de enfermagem do domicilio (Hellef Doheem).

## PREPARAR O MELHOR POSSÍVEL A SUA ESTADIA PRÉ-INTERVENÇÃO E O SEU REGRESSO A CASA

### Na medida do possível

- Organize o seu ambiente: Tapete antiderrapante, assento elevatório no WC para prótese da anca (PTH).
- Prevêr assistência para as suas tarefas diárias nos dias seguintes à sua intervenção.
- Prevêr quem cuide dos seus animais de estimação.
- Traga a sua tala IGLOO®, muletas, e bebidas NUTRICIA®.
- Prepare os seus tratamentos pessoais.
- A sua mala : kit de muda de roupa, produtos de higiene pessoal, roupas e calçado adequado.
- Agende as suas sessões de fisioterapia pré e pós operatória.

Não hesite em fazer uma lista para não se esquecer de nada quando chegar ao nosso estabelecimento, bem como as suas perguntas se você tiver alguma !

### Hospitalização

- Na véspera ou no dia mesmo da cirurgia, você será recebido no serviço, a sua ficha de utente será preenchida pelo(a) enfermeiro(a) que também se irá informar sobre todas as eventuais alterações.
- No dia da intervenção, vamos prepará-lo(a) de acordo com o protocolo e será acompanhado(a) a pé até ao bloco operatório, onde a equipa operatória assumirá o seguimento.

### Pós-operatório

- Na sala de cuidados pós-anestésico, iniciará sua fisioterapia, vai se levantar pela primeira vez.
- Você volta para o quarto.
- Você é acompanhado(a) e atendido(a) pela equipa de saúde do serviço que garante o seu conforto.
- Maejo da dar analgésicos.
- A alimentação e a hidratação são feitas precocemente.

Leia o código QR abaixo para ver o nosso vídeo sobre o percurso do RAAC :



Descubra a seção 'Ortopedia' do site Ator da minha saúde através deste QR code :



## A SUA DIETA/HIDRATAÇÃO

No dia anterior :

- Comida sólida até à meia-noite
- Beba os seus primeiros 4 frascos de NUTRICIA®, das 19h até máximo à meia-noite.



No dia da operação :

- 2 horas antes da intervenção o enfermeiro(a) dá-lhe mais 2 frascos de NUTRICIA® para beber imediatamente, 1 se for diabético(a).

**ATENÇÃO O TABACO E O ÁLCOOL SÃO PROIBIDOS 48H ANTES E DEPOIS DA INTERVENÇÃO.**

