



Your Guide to Safer Surgery

Providing the safest, best care.



What you do BEFORE your operation will make a difference during your recovery



602 Michigan Avenue | Holland, MI 49423
(616) 392-5141 | hollandhospital.org

SURGERY CENTER

12087 Felch Street | Holland, MI 49424
(616) 796-2199

Surgery is a team effort. We want you to be as healthy as possible before surgery. As the most important member of the team, you can do your part by making sure you are in the best condition possible prior to surgery.

6 Steps to a Safer Surgery

1 NUTRITION | Improve Healing

- Limit sugars and fats in your diet.
- Drink plenty of water.
- Take your pills as directed.
- Eat more fruits and vegetables – eating healthy will help you to heal.

2 BREATHING | Decrease Risk of Pneumonia

- Practice coughing and taking deep breaths.
- After your surgery you may be asked to use a spirometer (lung exerciser) every hour while awake.

3 SMOKING | Improve Healing & Lung Function

- Talk to your doctor or surgeon about how to quit smoking.
- Contact the Center for Good Health at (616) 394-3344 for smoking-cessation classes.
- Contact Tobacco Quit Line 1-800 QUITNOW (1-800-784-8669). Free help is available including medication to help you quit. Trained specialists provide advice and a plan just for you to help you quit.

4 HYGIENE | Lessen Risk of Infection

- Shower with Chlorhexadine Gluconate (CHG) soap as instructed by your surgeon. Follow instruction sheet provided. Do this once the night before surgery and again the morning of surgery. Sleep in clean pajamas and freshly laundered sheets. This decreases the amount of germs on your skin.
- Brush your teeth and use mouthwash twice a day.
- Do not shave your surgical area. We will use a special clipper if hair removal is necessary.

5 ACTIVITY | Strengthen Heart & Lungs

- Any increase in activity can help you recover faster after surgery. Even walking a total of 30 minutes each day can help!
- After surgery, activity continues to be important. Resume activity as soon as you are able and as directed by nursing staff.

6 PAIN | Educate Yourself

- Discuss pain management expectations with your surgeon and nursing staff – understanding what to expect for post-surgical pain will improve your comfort, safety and satisfaction following your surgery.
- Your medical team will work with you to balance good pain control with the least side effects possible.

FOR MORE INFORMATION

Please call a member of the surgical team if you have any questions regarding the information provided here.

For surgeries scheduled at Holland Hospital main campus, please call Pre-Admission Testing. (616) 394-3775 | 8 am - 4 pm

For surgeries scheduled at Holland Hospital Surgery Center, please call the center. (616) 796-2199 | 8 am - 4 pm

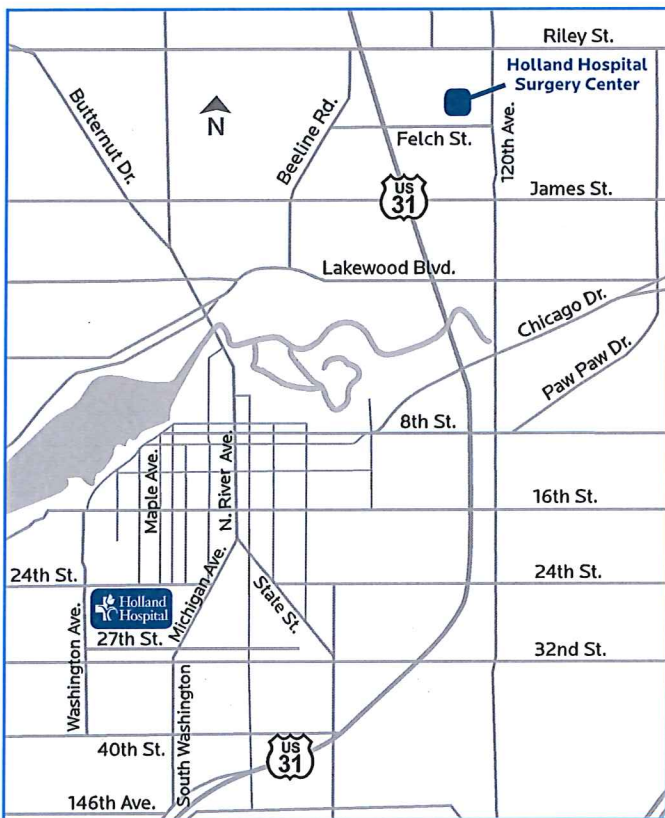


Su Guía para la Cirugía más Segura

Proporcionando la mejor y más segura atención.



Lo que haga ANTES de la operación
hará la diferencia durante su recuperación



602 Michigan Avenue | Holland, MI 49423
(616) 392-5141 | hollandhospital.org

CENTRO DE CIRUGÍA

12087 Felch Street | Holland, MI 49424
(616) 796-2199

La cirugía es un esfuerzo de equipo. Queremos que usted sea lo más saludable posible antes de la cirugía. Como el miembro más importante del equipo, usted puede hacer su parte para asegurarse de que está en la mejor condición posible antes de la cirugía.

6 Pasos para una Cirugía más Segura

1 **NUTRICIÓN | Mejora la Sanación**

- Límite la azúcar y grasas en su dieta.
- Beba mucha agua.
- Tome sus píldoras según las indicaciones.
- Coma más frutas y verduras – alimentarse saludablemente le ayudará a sanar.

2 **RESPIRAR | Disminuye el Riesgo de Neumonía**

- Practique toser y tome respiraciones profunda.
- Después de la cirugía se le puede pedir que use un espirómetro (ejercitador de pulmón) cada hora mientras este despierto.

3 **FUMAR | Mejorar la Sanación y la Función Pulmonar**

- Hable con su médico o cirujano acerca de cómo dejar de fumar.
- Póngase en contacto con el Centro Para la Buena Salud al (616) 394-3344 para las clases para dejar de fumar.
- Contacte la Línea para Dejar de Fumar 1-800 QUITNOW (1-800-784-8669). Ayuda gratuita está disponible, incluyendo medicamentos para ayudar a dejar de fumar. Especialistas capacitados proporcionan asesoramiento y un plan solo para usted que le ayudara a dejar de fumar.

4 **HIGIENE | Reduce el riesgo de Infección**

- Dúchese con jabón Gluconato de Clorhexidina (CHG) (siglas en ingles) según las instrucciones de su cirujano. Siga la hoja de instrucciones proporcionada. Dúchese una vez la noche antes de la cirugía y otra vez la mañana de la cirugía. Duerma con pijama y sábanas limpias. Esto disminuye la cantidad de gérmenes en su piel.
- Cepille sus dientes y use enjuague bucal dos veces al día.
- No se afeite el área quirúrgica. Usaremos un clip especial si la depilación es necesaria.

5 **ACTIVIDAD | Fortalecer el Corazón y los Pulmones**

- Cualquier aumento en la actividad puede ayudarle a recuperarse más rápido después de la cirugía. Incluso caminar un total de 30 minutos cada día puede ayudar!
- Después de la cirugía, la actividad sigue siendo importante. Reanudar la actividad tan pronto como le sea posible y como lo indique el personal de enfermería.

6 **DOLOR | Edúquese usted Mismo**

- Discuta las expectativas de manejo del dolor con su cirujano y el personal de enfermería – comprendiendo el dolor post-quirúrgico que puede esperar mejorará su comodidad, seguridad y satisfacción después de la cirugía.
- Su equipo médico trabajará con usted para balancear un buen control del dolor con los menos efectos secundarios posibles.

PARA MÁS INFORMACIÓN

Si usted tiene alguna pregunta con respecto a la información aquí proporcionada, por favor, llame a un miembro del equipo quirúrgico.

Para las cirugías programadas en el campus principal de Holland Hospital, por favor llame al servicio de Pruebas de Pre-Admisión al (616) 394-3775 | 8 am – 4 pm

Para las cirugías programadas en el Centro de Cirugía de Holland Hospital, por favor llame al (616) 796-2199 | 8 am – 4 pm



Pre-operative Showering Instructions

You play an important role in your health and recovery. Before surgery, a pre-operative surgical wash with a special soap can reduce the number of germs on your skin. We recommend TWO showers – one the night before surgery and one the morning of surgery to help prevent infection.

We recommend using a special surgical soap called Chlorhexidine Gluconate (CHG). A common brand name is Hibiclens® but any brand is acceptable. This is a liquid soap and can be purchased at many local pharmacies, including Walgreens, CVS, Walmart and even on Amazon.com. It comes in 2% and 4% strength – you may use either. If you are allergic to CHG, use a liquid anti-bacterial soap (such as Dial®) for your shower. CHG must also be avoided in premature or low birth weight infants, infants receiving phototherapy or children less than 2 months of age.

If you are unable to stand for a shower, please contact your surgeon's office or the Pre-Admission Testing department at Holland Hospital for alternate methods of skin cleansing before surgery.

To keep your skin as clean as possible and to help prevent infection, please follow these instructions.

- 1. The evening before your scheduled surgery take a shower with 4 oz (half of the bottle) of CHG.**
- 2. Wash your hair first.** You should end your shower with the CHG wash.
- 3. Use a clean washcloth or your hand for each shower.** Be advised that CHG is a pink/red color and is absorbed by cotton washcloths – it may cause discoloration of the washcloth.
- 4. Turn off the water or move away from the spray before applying the CHG to prevent it from being washed off too soon.**
- 5. Scrub your skin gently with your hand/washcloth and the CHG.** Apply CHG to your entire body from the jaw level down. Avoid getting it in your eyes, ears, nose and mouth. Also do not use on the genital area. If you are having a cesarean section, avoid using on the chest area. Wash thoroughly for five minutes, paying special attention to the area where your surgery will be performed. Do not scrub the skin too hard. Ask someone to help if you are unable to reach certain areas of your body.
- 6. After you have scrubbed for five minutes, allow the CHG soap to sit on your skin for one minute.** Turn the water back on and rinse well. Do not apply any other soap after using the CHG.
- 7. Pat yourself dry with a clean, soft towel after your shower.**
- 8. Wear freshly laundered pajamas to bed and sleep on freshly laundered sheets.**
- 9. The morning of your surgical procedure shower again with the remaining CHG.** Repeat the steps above.
- 10. Dress in freshly laundered, loose fitting comfortable clothing.**

Please remember:

- **Do NOT shave any body parts from the neck down** – this includes your legs and underarms. Shaving can increase the risk of infection when you have surgery.
- **Do NOT apply any lotions, perfumes or powders of any kind after your CHG shower.**

Please contact your surgeon's office or Holland Hospital Pre-Admission Testing department if you have any questions. Holland Hospital Campus: (616) 394-3775. Holland Hospital Surgery Center: (616) 796-5184.

Holland Hospital Surgical Services

602 Michigan Ave. | Holland, MI 49423 | p: (616) 394-3775 | hollandhospital.org

Instrucciones de ducha preoperatorio

Usted juega un papel importante en su salud y recuperación. Antes de la cirugía una ducha preoperatoria con un jabón especial puede reducir el número de germen en su piel. Nosotros recomendamos DOS duchas una la noche antes de la cirugía y la otra la mañana de la cirugía para ayudar a prevenir infección.

Nosotros recomendamos usar un jabón especial quirúrgico llamado Chlorhexidine Gluconate (CHG). Un nombre de marca común es Hibiclens pero cualquier marca es aceptable. Este es un jabón líquido y puede ser comprado en muchas farmacias locales incluyendo Walgreens, CVS, Walmart y hasta en Amazon.com. Viene en 2% y 4% fuerte. Puede usar cualquiera. Si es alérgico al CHG, use un jabón antibacteriano (como Dial) para ducharse. CHG debe evitarse en infantes prematuros o con bajo peso al nacer, infantes que reciben fototerapia o niños menores de meses de edad.

Si usted no puede estar de pie al ducharse, favor de contactar a la oficina de su cirujano o al departamento de preadmisión del Hospital de Holland para un método alternativo para la limpieza de su piel antes de la cirugía.

Para mantener su piel lo más limpia posible y para ayudar a prevenir infección, favor de seguir estas instrucciones.

1. **La tarde antes de su cirugía programada tomar una ducha con 4 onzas (media botella) de CHG.**
2. **Lavar su cabello primero.** Usted deberá terminar su ducha con un lavado con el CHG.
3. **Usar una toalla limpia o su mano para cada ducha.** Tomar en cuenta que CHG es de color rosa/rojo y al ser absorbido por la toalla de algodón puede causar descoloración de la toalla.
4. **Cerrar la ducha o moverse lejos de la regadera antes de aplicar el CHG para prevenir que se lave muy rápido.**
5. **Talle su piel suavemente con la mano/toalla y el CHG.** Aplicar CHG a todo su cuerpo comenzando de la nuca hacia abajo. Evitar que llegue a los ojos, oídos, nariz y boca. Tampoco usarse en las áreas genitales. Si se le va a hacer una cesárea, evite usarlo en el área del pecho. Lavarse completamente por cinco minutos, poniendo atención especial en el área donde se llevará a cabo la cirugía. No tallar la piel muy fuerte. Pedir ayuda a alguien si usted no puede tallar ciertas áreas de su cuerpo.
6. **Después de haberse tallado por cinco minutos, dejar que el jabón CHG quede en su piel por un minuto.** Abrir la regadera y enjuagarse bien. No aplicar ningún otro tipo de jabón después de usar el CHG.
7. **Secarse suavemente con una toalla seca y limpia después de ducharse.**
8. **Usar pijamas recién lavadas en la cama y dormir en sábanas recién lavadas.**
9. **La mañana de su procedimiento quirúrgico ducharse otra vez con el restante del CHG.** Repetir los pasos anteriores.
10. **Vestirse con ropa holgada cómoda y recién lavada.**

Por favor recuerde:

- **NO rasurar ninguna parte del cuerpo del cuello hacia abajo** – Esto incluye sus piernas y axilas. El rasurarse puede aumentar el riesgo de infección cuando tenga cirugía.
- **NO aplicar ninguna loción, perfumes o talcos de ninguna clase después de la ducha con CHG.**

Favor de contactar a la oficina de su cirujano o al departamento de preadmisión del Hospital de Holland si usted tiene cualquier pregunta: (616)3943775. Centro de Cirugía del Hospital de Holland: (616) 7965184.