

Η ΕΠΙΛΟΓΗ ΤΗΣ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗΣ
ΕΠΕΜΒΑΣΗΣ ΣΤΙΣ ΑΡΘΡΩΣΕΙΣ
ΣΕ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΜΕ ΑΙΜΟΡΡΟΦΙΛΙΑ:

**ΑΣ ΣΧΕΔΙΑΣΟΥΜΕ
ΤΗΝ ΕΠΕΜΒΑΣΗ ΣΑΣ
ΚΑΙ ΤΟ ΔΙΑΣΤΗΜΑ
ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΑΥΤΗ**



ACT

ΣΥΜΦΩΝΗΣΤΕ ΤΙΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΜΕ ΤΗΝ ΟΜΑΔΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ
ΕΛΕΓΞΤΕ ΤΗΝ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑ ΣΑΣ ΓΙΑ ΤΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ ΕΠΕΜΒΑΣΗ
ΚΑΝΤΕ ΤΙΣ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ

ΓΙΑΤΙ ΒΡΙΣΚΕΣΤΕ ΕΔΩ ΣΗΜΕΡΑ;

Λάβετε τη σημαντική απόφαση να υποβληθείτε σε χειρουργική επέμβαση στις αρθρώσεις.

Σήμερα θα συζητήσουμε για την προετοιμασία σας πριν, κατά τη διάρκεια και μετά τη χειρουργική επέμβαση.

Θα σας βοηθήσουμε:

- Να κανονίσετε κάποια θέματα, όπως τη φυσικοθεραπεία, την καλή διατροφή και την προετοιμασία του σπιτιού σας για το διάστημα μετά την επέμβαση
- Να αντιμετωπίσετε τυχόν φόβους σας, ώστε να αισθάνεστε έτοιμοι και χαλαροί την ημέρα της επέμβασης.

Η νοσηλεύτρια θα είναι δίπλα σας πριν την επέμβαση και καθ' όλη τη διάρκεια της αποκατάστασης.

Οι φίλοι, οι συγγενείς ή οι φροντιστές σας πρέπει επίσης να εμπλέκονται σε κάθε στάδιο, ώστε να σας παρέχουν υποστήριξη.



Το παρακάτω πλαίσιο εμφανίζεται συχνά σε αυτό το φυλλάδιο και παρέχει πληροφορίες για τους ασθενείς με αναστολείς (inhibitors) των παραγόντων πήξης VIII ή IX.



Ειδικά ζητήματα για ασθενείς με εκ γενετής αιμορροφιλία και αναστολείς (inhibitors) των παραγόντων πήξης VIII ή IX

Το υλικό προορίζεται αποκλειστικά για εκπαιδευτικούς και ενημερωτικούς σκοπούς. Δεν μπορεί να υποκαταστήσει τις συμβουλές ή τις πληροφορίες ενός εξειδικευμένου γιατρού στην αιμορροφιλία.

Η χειρουργική επέμβαση σε ασθενείς με αιμορροφιλία (με ή χωρίς αναστολείς) μπορεί να ενέχει συγκεκριμένους κινδύνους που θα πρέπει να αξιολογηθούν προσεκτικά και να συζητηθούν με έναν γιατρό εξειδικευμένο στην αιμορροφιλία και με την πολυεπιστημονική ομάδα περίθαλψης. Οι χειρουργικές επεμβάσεις σε ασθενείς με αιμορροφιλία (με ή χωρίς αναστολείς) θα πρέπει πάντα να γίνονται σε συνεννόηση με ένα εξειδικευμένο κέντρο για τη θεραπεία της αιμορροφιλίας.¹

ΟΙ ΛΟΓΟΙ ΠΟΥ ΣΑΣ ΚΑΘΙΣΤΟΥΝ ΚΑΤΑΛΛΗΛΟΥΣ ΓΙΑ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ ΕΠΕΜΒΑΣΗ

Είστε υποψήφιοι για χειρουργική επέμβαση για έναν ή περισσότερους από τους παρακάτω λόγους:²



Ο πόνος και η έλλειψη λειτουργικότητας μειώνει την ικανότητά σας να φροντίσετε τον εαυτό σας στην καθημερινότητα, όπως για παράδειγμα να πλυθείτε ή να ντυθείτε

Ο πόνος σας δυσκολεύει στο να κοιμηθείτε

Έχετε δοκιμάσει διάφορα φάρμακα, αλλά δεν μειώνουν τον πόνο ή ένα φάρμακο που είχε αποτελέσματα, αλλά πλέον δεν έχει

Άλλες λύσεις που έχετε δοκιμάσει (π.χ. ξεκούραση, νάρθηκας, βοηθήματα κινητικότητας) δεν μειώνουν τον πόνο

Η αιμορραγία στις αρθρώσεις είναι συχνή, παρόλο που αυτός δεν είναι βασικός λόγος για τη χειρουργική επέμβαση

Πιστεύετε ότι ένα ή περισσότερα από τα παραπάνω ισχύει στην περίπτωσή σας;

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΣΕ ΘΕΜΑΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΠΡΙΝ ΤΗΝ ΕΠΕΜΒΑΣΗ

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ²

Πριν την επέμβαση ο φυσικοθεραπευτής σας θα σας διδάξει ασκήσεις για την ενδυνάμωση του σώματος. Οι ασκήσεις αυτές θα είναι εξατομικευμένες για εσάς και με βάση το είδος της επέμβασης στην οποία θα υποβληθείτε.

Για παράδειγμα, εάν υποβληθείτε σε αρθροπλαστική ισχίου ή γόνατος, κάποιες ασκήσεις θα ενδυναμώσουν το επάνω μέρος του σώματός σας, ώστε να διευκολυνθείτε στη χρήση πατερίτσας ή περιπατητήρα κατά την αποκατάσταση.

Ο φυσικοθεραπευτής ή ο εργοθεραπευτής σας θα σας δείξουν πώς να κάνετε κάποιες κινήσεις, όπως το να σηκωθείτε από το κρεβάτι και να κάνετε ντους μετά την επέμβαση. Αυτοί θα ελέγξουν επίσης αν θα χρειαστείτε επιπλέον εξοπλισμό στο σπίτι για να σας βοηθήσει.

Η τήρηση του προγράμματος φυσικοθεραπείας είναι ζωτικής σημασίας, για να έχετε, όσο το δυνατόν καλύτερα αποτελέσματα από την επέμβασή σας.

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ²

Με αυτά τα απλά βήματα μπορείτε να προετοιμαστείτε για τη χειρουργική επέμβαση και να αναρρώσετε πιο γρήγορα.

Πριν την επέμβαση πρέπει:

- Να βεβαιωθείτε ότι τυχόν προβλήματα στα δόντια ή στα ούλα έχουν αντιμετωπιστεί, ώστε να μειωθεί ο κίνδυνος λοίμωξης
- Να τρώτε υγιεινά – ωστόσο, μην κάνετε δίαιτα εκτός εάν υπάρχει σχετική σύσταση. Εάν είστε υπέρβαροι, ο χειρουργός μπορεί να σας ζητήσει να χάσετε βάρος πριν την επέμβαση
- Να μειώσετε ή να κόψετε το κάπνισμα
- Να μην πίνετε αλκοόλ για τουλάχιστον 2 ημέρες πριν από τη χειρουργική επέμβαση - η ομάδα επαγγελματιών υγείας μπορεί να σας συστήσει να αποφύγετε το αλκοόλ και για ένα διάστημα μετά
- Να ενημερώσετε την ομάδα επαγγελματιών υγείας, εάν πάθετε κάποια λοίμωξη την εβδομάδα πριν την επέμβαση, ακόμη και σε περίπτωση κρυολογήματος ή πυρετού



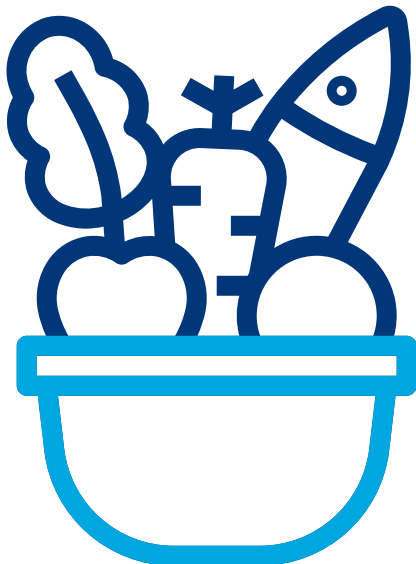
Πότε είναι το επόμενο ραντεβού σας για φυσικοθεραπεία;



Χρειάζεστε ραντεβού στον οδοντίατρο;

Τρώτε σωστά;

Ανησυχείτε για κάποιο άλλο θέμα υγείας;



ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΠΩΣ ΘΑ ΜΠΟΡΟΥΣΑΤΕ ΝΑ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΕΤΕ ΤΟ ΣΠΙΤΙ ΣΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΣΑΣ ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΕΠΕΜΒΑΣΗ2

Εδώ θα δείτε πώς μπορείτε να προετοιμαστείτε:

- Αφαιρέστε τα χαλιά και τακτοποιήστε τα καλώδια για να μην σκοντάφτετε επάνω τους
- Μετακινήστε τα έπιπλα για να δημιουργήσετε χώρο για αναπηρικό αμαξίδιο/περιπατητήρα
- Εξετάστε το ενδεχόμενο να εγκαταστήσετε μια υπερυψωμένη τουαλέτα/κάθισμα τουαλέτας και χειρολισθήρες, και τοποθετήστε κάθισμα και λαβές στο μπάνιο/ντους σας
- Φτιάξτε έναν χώρο, όπου μπορείτε να περνάτε τον περισσότερο χρόνο κατά την ανάρρωσή σας, με κρεβάτι ή πολυθρόνα και ένα τραπέζι για ποτό/φαγητό/τηλεχειριστήριο τηλεόρασης/βιβλία/τηλέφωνο/ραδιόφωνο και έναν κάδο σε κοντινή απόσταση
- Συγκεντρώστε κάποια χρήσιμα αντικείμενα, όπως κόκκαλο παπουτσιών, σφουγγάρι μπάνιου με μακριά λαβή και λαβίδα πιασίματος
- Καταψύξτε μερικά υγιεινά γεύματα και αγοράστε μαχαιροπίρουνα και πιάτα μιας χρήσης
- Κάντε αίτηση για θέση στάθμευσης λόγω προσωρινής αναπηρίας

Εάν χρειαστεί, μπορεί να απευθυνθείτε σε έναν εργοθεραπευτή, ο οποίος μπορεί να σας βοηθήσει με τις προετοιμασίες.



Ανησυχείτε για το πώς θα προετοιμάσετε το σπίτι σας;

ΜΙΛΗΣΑΤΕ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΚΕΙΜΕΝΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ ΣΑΣ ΕΠΕΜΒΑΣΗ ΣΤΟΝ ΕΡΓΟΔΟΤΗ ΣΑΣ Η ΣΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΑΣ ΙΔΡΥΜΑ;

- Πρέπει να ενημερωθούν για την επέμβαση και την απουσία σας μετά από αυτή
- Εάν η εργασία σας δεν είναι σωματικά επίπονη, ενδέχεται να μπορέσετε να επιστρέψετε εντός 6 εβδομάδων. Εάν είναι, μπορεί να χρειαστείτε τουλάχιστον 3 μήνες άδεια
- Ίσως χρειαστεί να κάνετε κάποιες προσωρινές αλλαγές στον τόπο εργασίας ή στον τόπο σπουδών σας
- Θα χρειαστεί να αναπληρώσετε τα χαμένα μαθήματα/εξετάσεις, αν είστε ακόμη στον χώρο της εκπαίδευσης
- Μπορείτε να συζητήσετε τους χρόνους αποκατάστασης με τον χειρουργό σας και την ομάδα φυσικοθεραπείας

Ο/Η νοσηλεύτης/νοσηλεύτρια σας μπορεί να σας βοηθήσει να βρείτε κάποια αρχεία με δυνατότητα λήψης, για την εργασία και την εκπαίδευση τα οποία εξηγούν στον εργοδότη σας ή στο εκπαιδευτικό ίδρυμα πώς μπορούν να σας βοηθήσουν.



Χρειάζεστε κάποιον κοινωνικό λειτουργό να σας βοηθήσει με τα οικονομικά σας;

Εάν έχετε αναστολές, η περίοδος ανάρρωσης μπορεί να είναι μεγαλύτερη λόγω της αποκατάστασης και του προγράμματος θεραπείας²



Ο εργοδότης σας ή το εκπαιδευτικό ίδρυμα χρειάζονται πληροφορίες για να σας στηρίξουν μετά την επέμβασή σας;

ΙΑΤΡΙΚΗ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΠΡΙΝ ΤΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ ΕΠΕΜΒΑΣΗ

Έλεγχος της φαρμακευτικής αγωγής που λαμβάνετε ήδη²

- Η ομάδα επαγγελματιών υγείας θα ελέγξει, εάν πρέπει να συνεχίσετε την τρέχουσα φαρμακευτική αγωγή²

Σχεδιάζοντας την ενδοφλέβια πρόσβαση^{3,4}

- Η ενδοφλέβια πρόσβαση (π.χ. για ορό) είναι σημαντική για τη χορήγηση παράγοντα πήξης κατά τη διάρκεια της επέμβασης και μετά από αυτή

- Η επιλογή της μεθόδου ποικίλλει στους ασθενείς
- Εάν δεν μπορείτε να λαμβάνετε τη φαρμακευτική σας αγωγή στο σπίτι, η ομάδα επαγγελματιών υγείας θα το κανονίσει με άλλο τρόπο, για παράδειγμα μέσω της ιατρικής φροντίδας κοινότητας ή της μεταφοράς στο νοσοκομείο



Κάποιες φορές απαιτείται μετάγγιση αίματος. Συναινείτε σε αυτό αν χρειαστεί;

ΣΤΟ ΔΙΑΣΤΗΜΑ ΜΕΧΡΙ ΤΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ ΕΠΕΜΒΑΣΗ

Κλινική εξέταση, λίγες εβδομάδες πριν την επέμβαση²

- Θα γίνει πλήρης κλινική εξέταση, για να ελεγχθεί ότι δεν έχετε παθήσεις που επηρεάζουν την επέμβαση

Συνήθεις εξετάσεις, μία εβδομάδα πριν την επέμβαση²

- Αιματολογικές εξετάσεις (συμπεριλαμβανομένου και του ελέγχου για αναστολείς)
- Ηλεκτροκαρδιογράφημα (ΗΚΓ) για τον έλεγχο της καρδιακής συχνότητας και του καρδιακού ρυθμού
- Ακτινογραφία θώρακος
- Εξέταση ούρων
- Θερμοκρασία και αρτηριακή πίεση
- Επίπεδα του ιού σε ασθενείς με HIV/ηπατίτιδα C

Οι εξετάσεις μπορεί να γίνουν σε διαφορετικά τμήματα του νοσοκομείου, ενώ ο έλεγχος πήξης/ αναστολέων γίνεται στο κέντρο για τη θεραπεία της αιμορροφιλίας.

Ορθοπεδική εξέταση (οστών), λίγο πριν την επέμβαση²

- Τα αποτελέσματα των άλλων εξετάσεων προωθούνται στον χειρουργό σας
- Ο χειρουργός θα εξετάσει το σημείο της επέμβασης, θα δει τα αποτελέσματα σας και θα απαντήσει σε ανησυχίες που μπορεί να έχετε

Φαρμακευτική αγωγή για τον πόνο²

- Θα λάβετε ένα πρόγραμμα ανακούφισης από τον πόνο ανάλογα με τις ανάγκες σας
- Ο έλεγχος του πόνου θα παρακολουθείται στενά κατά τη διάρκεια και μετά την επέμβαση

Συνάντηση με τον αναισθησιολόγο²

- Θα συναντηθείτε με τον αναισθησιολόγο προκειμένου να συζητήσετε για την αναισθησία, η οποία πρόκειται να χρησιμοποιηθεί

Ο/Η νοσηλεύτής/νοσηλεύτριά σας θα σας παρέχει υποστήριξη και ενημέρωση καθ' όλη τη διαδικασία και θα βοηθήσει στον προγραμματισμό της εξόδου σας από το νοσοκομείο



Έχετε σημειώσει τις ημερομηνίες των ραντεβού σας στο ημερολόγιό σας;



Εάν έχετε ήπια αιμορροφιλία Α ή αν λαμβάνετε εντατική θεραπεία αντικατάστασης με παράγοντα για πρώτη φορά, θα παρακολουθείτε για τους αναστολείς κατά τη διάρκεια της επέμβασης, κατά την αποκατάσταση και θα ελέγχετε κατά τη διάρκεια της τακτικής παρακολούθησης³



Εάν έχετε αναστολείς, τη φροντίδα σας θα την αναλάβει μία ομάδα επαγγελματιών υγείας εμπειρων στον τομέα αυτό, σε ένα εξειδικευμένο κέντρο για τη θεραπεία της αιμορροφιλίας¹

Η ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΕΠΕΜΒΑΣΗ

Η καλή φροντίδα και η βοήθεια στο σπίτι είναι σημαντική, για να σας βοηθήσει να αναρρώσετε γρήγορα²

- Μπορεί να χρειαστείτε κάποιον να μείνει μαζί σας για λίγες μέρες, όταν επιστρέψετε στο σπίτι μετά το χειρουργείο
- Μπορεί να χρειαστεί να σας βοηθήσουν να ακολουθήσετε τις οδηγίες για τη φροντίδα σας μετά την επέμβαση
- Μπορεί επίσης να χρειαστεί να σας βοηθήσουν με τις καθημερινές δουλειές, όπως το μαγείρεμα, το πλύσιμο, το καθάρισμα και η φροντίδα των παιδιών

Παρόλο που ο πόνος είναι αντιμετωπίσιμος, πρέπει να φροντίζετε να μην πιέξετε κατά την ανάρρωση.

Εάν μένετε μόνοι ή έχετε και άλλες ανάγκες φροντίδας και δεν έχετε κάποιον να μείνει μαζί σας, όταν βγείτε από το νοσοκομείο, μπορεί να χρειαστεί να πάτε σε κέντρο αποκατάστασης ή να αναζητήσετε βοήθεια για το σπίτι.



Έχετε κάποιον για να σας βοηθήσει τις πρώτες ημέρες/εβδομάδες;



ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑΣ ΣΑΣ ΓΙΑ ΤΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ ΕΠΕΜΒΑΣΗ

Εδώ θα βρείτε μία χρήσιμη λίστα ελέγχου, για να αξιολογήσετε την ετοιμότητα σας για τη χειρουργική επέμβαση. Εξασφαλίζει ότι έχετε υπολογίσει τις διάφορες διαδικασίες προετοιμασίας, ώστε να έχετε καλές εκβάσεις και μία ομαλή περίοδο ανάρρωσης.

Παρακαλώ συμπληρώστε το φύλλο αυτό και δώστε το στο κέντρο για τη θεραπεία της αιμορροφιλίας. Η ομάδα επαγγελματιών υγείας θα σας βοηθήσει σε ό,τι χρειαστείτε και σε απορίες που μπορεί να έχετε πριν την επέμβαση.

Τρέχουσα συνολική επιλεξιμότητα και ικανότητα κίνησης²

- Φροντίζετε την υγεία σας ενόψει της επέμβασης;
Για παράδειγμα δεν έχετε λοιμώξεις στα δόντια και στα ούλα, τρέφεστε υγιεινά, δεν καπνίζετε, έχετε περιορισμένη πρόσληψη αλκοόλ
- Πώς αισθάνεστε για την κίνηση των αρθρώσεων σας σήμερα;

Άλλες προετοιμασίες σε θέματα υγείας και σε κοινωνικά θέματα²

- Ανησυχείτε για τις ασκήσεις στη φυσικοθεραπεία;
- Αισθάνεστε σίγουροι ότι θα μπορείτε να συνεχίσετε να λαμβάνετε την τρέχουσα φαρμακευτική σας αγωγή;
- Έχετε κάποιον για να σας βοηθήσει μετά την επέμβαση;
- Άλλες ανησυχίες για την υγεία σας ή κοινωνικοί προβληματισμοί;

Προετοιμασίες για το σπίτι²

- Νιώθετε σίγουροι για τις προετοιμασίες που πρέπει να κάνετε στο σπίτι;

Προετοιμασία στην εργασία/στην εκπαίδευση²

- Νιώθετε σίγουροι για τις προετοιμασίες που πρέπει να κάνετε με τον εργοδότη σας/στον χώρο εκπαίδευσης;

Συνολική ετοιμότητα για τη χειρουργική επέμβαση

- Υπάρχουν άλλες ανησυχίες που δεν έχουν καλυφθεί;

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΠΟΝΟΥ

Θα νιώσετε πόνο και ενόχληση μετά την επέμβαση, αλλά θα τα αντιμετωπίσετε με φαρμακευτική αγωγή.

Παρακαλώ συμπληρώστε αυτό το φύλλο με τον φυσικοθεραπευτή σας, ώστε να αποσαφηνιστούν οι στόχοι σας μετά την επέμβαση.

Επιλογές ανακούφισης από τον πόνο^{3,5}

- Ο πόνος θα αντιμετωπιστεί με τη βοήθεια αναισθησιολόγου
- Η ασπιρίνη και άλλα «μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα» (όπως η ιβουπροφαίνη) δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση του πόνου μετά από μία εγχείρηση, καθώς επηρεάζουν την πήξη του αίματος
- Αρχικά, μπορεί να χορηγηθεί ενδοφλεβίως ένας τύπος παυσίπονου που ονομάζεται «οπιοειδές». Αργότερα, τα οπιοειδή φάρμακα μπορούν να χορηγούνται από το στόμα
- Όταν ο πόνος μειωθεί, μπορεί να χρησιμοποιηθεί ένα πιο ήπιο παυσίπονο
- Παγοκύστες μπορούν επίσης να χρησιμοποιηθούν για την ανακούφιση από τον πόνο και την αντιμετώπιση του οιδήματος

Οι στόχοι σας αναφορικά με τον πόνο και την κίνηση μετά την επέμβαση

Εβδομάδες μετά την επέμβαση	Οι στόχοι μου για τον πόνο	Οι στόχοι μου για την κίνηση
0 (αμέσως μετά την επέμβαση)		π.χ. Να κάνω 5 βήματα την ημέρα με τον περιπατητήρα
1	π.χ. Ο πόνος έχει εξαλειφθεί με τη φαρμακευτική αγωγή	
2		
3		
4	π.χ. Ο πόνος δεν επηρεάζει καθόλου τη ζωή μου	

Βιβλιογραφίες: 1. Escobar MA, et al. Haemophilia 2018;24(5):693–702. 2. Canadian Hemophilia Society. Challenges, Choices, Decisions. A Guide on Orthopedic Surgery for People with Hemophilia. Available from: <https://www.hemophilia.ca/files/Challenges-Choices-Decisions%20Hemophilia.pdf>. [Last accessed January 2020]. 3. World Federation of Hemophilia. Guidelines for the management of haemophilia. 2nd edition. Available from: <https://www1.wfh.org/publications/files/pdf-1472.pdf>. [Last accessed January 2020]. 4. Valentino LA and Kapoor M. Expert Rev Med Devices 2005;2(6):699–711. 5. National Hemophilia Foundation. Physical Therapy Practice Guidelines for Persons with Bleeding Disorders: Total Knee Replacement. 2015. Available from: <https://www.hemophilia.org/sites/default/files/document/files/238PTTotalKneeReplacement.pdf>. [Last accessed January 2020].

Μια πρωτοβουλία της Novo Nordisk Ελλάς Ε.Π.Ε.

Το παρόν κείμενο επιμελήθηκε το ιατρικό τμήμα της Novo Nordisk Ελλάς Ε.Π.Ε. και βασίζεται στις αναφερόμενες πηγές. Αυτές οι πληροφορίες προορίζονται για γενική πληροφόρηση και ενημέρωση του κοινού και σε καμία περίπτωση δεν μπορούν να υποκαταστήσουν τη συμβουλή ιατρού ή άλλου αρμοδίου επαγγελματία υγείας. Για οποιαδήποτε ιατρική συμβουλή, σας παρακαλούμε να απευθυνθείτε στον ιατρό σας.