

KUPA UYGULAMASI(HACAMAT) ÖNCESİ VE SONRASI DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN HUSUSLAR

KUPA(HACAMAT)UYGULAMASI ÖNCESİ

- 1.** Hacamat olmadan en az 1-3 gün önceden doktorunuzun izin verdiği takdirde, kan sulandırıcı ilaçları (aspirin, kumadin v.b) kullanmaya ara veriniz.
- 2.** Kan sulandırıcı besinlerden (limon, kiraz, vişne) mevsimine en az 3-7 gün hacamat öncesi uzak durulmalıdır.
- 3.** Hacamat tedavisinden bir gün önce hayvansal gıdalar tüketilmesi (et, süt, yumurta, yoğurt, ayran, balık v.s.) önerilmemektedir.
- 4.** Kan dolaşım hızını ve kan basıncını etkileyeceği için hacamattan en az 2 saat öncesinde bir şey yememiş olmak gereklidir.
- 5.** Sigara kullananlar hacamattan en az bir saat önce ve sonra sigara kullanmamalıdır.
- 6.** Bedeni yoracak ağır işlerden hacamat öncesi kaçınmak gerekir.
- 7.** Uygulama öncesi 24 saat cinsel perhiz yapılmalıdır.
- 8.** Hacamata gelirken duş alarak gelmek ve uygulama yapılacak bölgenin (kafa, diz, bel, omuz) kıl temizliği yapılmış olmalıdır.

KUPA HACAMATI UYGULAMA SONRASI

- 1.** Hacamattan sonra 1-2 gün hayvansal gıda perhizine devam edilmelidir.
- 2.** Hacamat sonrası 2-4 saat kadar uyumamalıdır.
- 3.** Hacamat sonrası 15-30 dakika yürüyüş çok faydalıdır.
- 4.** hacamattan sonra en az 2 saat kadar bir şey yenilip içilmemeli, 2 saat sonra ise sirkeli su veya bal şerbeti içmek faydalıdır.
- 5.** Hacamattan sonra 24 saat gerekmedikçe banyo yapılmamalı, mutlaka banyo yapılması gerekirse ılık suyla banyo yapılmalıdır.
- 6.** Hacamat yapıldığı gün ağır işler yapmaktan kaçınılmalıdır.
- 7.** Uygulama sonrası 24 saat cinsel perhiz yapılmalıdır.
- 8.** Hacamat kesiklerine dokunulmamalı ve doktorunuzun önerdiği krem ya da yağ dışında bir şey sürülmemelidir.
- 9.** Hacamat sonrası bilgilendirilmiş onam formunda belirtilen ciddi yan tesirlerden herhangi birisi görülürse zaman geçmeden en yakın sağlık merkezine başvurunuz.