

تحضيرات ما قبل جراحات السمنة

للمرضى المحدد لهم تكميم المعدة أو تحويل المسار أو إحدى جراحات السمنة. اتبع هذه الخطوات مع الخطة الخاصة التي يحددها لك د. فادي وفريق التخدير والتغذية.

تعليمات أساسية قبل العملية

قبل العملية بأسبوع إلى أسبوعين

يجب إيقاف العيش والرز والمكرونة

ابدأ قبل موعد العملية بـ 7-14 يومًا، حسب المدة التي يحددها لك د. فادي، واستمر حتى موعد الصيام الذي يحدده طبيب التخدير.

هذه خطوة ضمن النظام الغذائي التحضيري لتقليل حجم الكبد وتسهيل إجراء العملية بالمنظار. إيقاف هذه الأطعمة وحده لا يغني عن الالتزام بباقي الخطة الغذائية.

١ الأكل والشرب خلال فترة التحضير

- التزم بالوجبات والكميات التي يحددها لك الفريق، مع الاهتمام بالبروتين مثل البيض أو الدجاج أو السمك أو منتجات الألبان المناسبة لخُطتك، والخضروات المسموحة.
- تجنب الحلويات والمشروبات المحلاة والعصائر والوجبات الدسمة؛ ولا تستبدل العيش والرز والمكرونة بهذه الأطعمة.
- اشرب الماء والسوائل المسموحة حسب خطة الفريق. إذا كانت لديك قيود على السوائل بسبب مرض بالقلب أو الكلى، التزم بالكمية المحددة لك.
- لا تحول النظام إلى صيام كامل أو سوائل فقط من نفسك. إذا وصف الفريق نظامًا خاصًا، مثل بدائل الوجبات، اتبعه كما هو.
- إذا لم تعرف موعد بداية النظام أو الوجبات المسموحة لك، تواصل مع العيادة قبل البدء.

لو عندك سكر

تواصل مع الطبيب قبل بداية النظام لتحديد تعديلات أدوية السكر ومواعيد قياسه؛ تقليل الأكل والنشويات قد يسبب هبوطًا، خاصة مع الإنسولين وبعض الأقراص. لا تعدّل الجرعات من نفسك، وأبلغ الفريق إذا حدث هبوط أو دوخة أو تعرق.

٢ التحاليل وتقييم التخدير

- أكمل التحاليل والفحوصات التي طلبها الفريق، وأرسل النتائج للمراجعة قبل موعد العملية.
- احضر تقييم التخدير، وأبلغ الطبيب بالأمراض المزمنة والحساسية وأي مشكلة سابقة مع التخدير أو الجلطات.
- أحضر تقارير العمليات السابقة والمناظير والأشعات عند وجودها.
- أبلغ الفريق إذا كنت تستخدم جهاز علاج انقطاع النفس أثناء النوم، وخذه معك للمستشفى إذا طُلب منك ذلك.

٣ مراجعة الأدوية قبل العملية

- أرسل قائمة كاملة بالأدوية والجرعات والفيتامينات والأعشاب والمكملات التي تستخدمها.
- اطلب تعليمات مكتوبة لأدوية السكر والإنسولين والسيولة ومضادات الصفائح وأدوية الضغط؛ قد تختلف مواعيد إيقافها واستئنافها حسب حالتك.
- أبلغ الفريق إذا كنت تستخدم مونجارو أو أوزمبك أو ويجوفي أو ساكسندا أو أي دواء للتخسيس، واذكر آخر جرعة وأي غثيان أو قيء أو انتفاخ. يحدد الفريق خطة الدواء والصيام المناسبة لك.
- لا توقف أي دواء موصوف ولا تغيّر جرعته من نفسك. يوم العملية تناول فقط الأدوية التي سمح بها طبيب التخدير.

٤ في الأيام السابقة للعملية

- توقف عن التدخين والشيشة والتدخين الإلكتروني مبكرًا قدر الإمكان، وأبلغ الفريق إذا كنت ما زلت تستخدمها.
- حافظ على الحركة المناسبة لحالتك، واتبع تعليمات تمارين التنفس إذا وُصفت لك.
- أبلغ الفريق فورًا عند ظهور حرارة أو كحة جديدة أو عدوى أو قيء مستمر أو أي تغير مهم في صحتك، وكذلك عند وجود احتمال حمل.
- أكد اسم المستشفى وموعد الحضور، ورتب مرافقًا ووسيلة العودة والمساعدة في المنزل بعد الخروج.

هـ الصيام و ليلة العملية

- اتباع بدقة المواعيد المكتوبة من طبيب التخدير للتوقف عن الطعام والسوائل. موعد وقف الأكل قد يختلف عن موعد وقف الماء.
- اسأل الفريق إذا لم تصلك تعليمات الصيام أو لم تكن واضحة. الحليب والعصير المحتوي على لب ليس ماءً أو سوائل صافية.
- إذا أكلت أو شربت بعد الموعد المحدد، أبلغ الفريق قبل التخدير.
- استحم حسب تعليمات المستشفى، وجهز ملابس مريحة وأغراضك الشخصية.

تذكير مهم

منع العيش والرز والمكرونة لمدة أسبوع إلى أسبوعين هو نظام تحضير، وليس صيام التخدير. استمر في الطعام والسوائل المسموحة بخُطتك حتى مواعيد الصيام المحددة.

٦ قبل ما تروح المستشفى

- إثبات الشخصية، وأوراق الدخول وأي موافقات مطلوبة.
- نتائج التحاليل والأشعات والتقارير الطبية وقائمة الأدوية والحساسية.
- جهاز علاج انقطاع النفس أثناء النوم إن كنت تستخدمه وطلب إحضاره.
- تأكد أنك عارف خطة الأكل والشرب بعد الخروج، والأدوية والمكملات المطلوبة، وموعد المتابعة ورقم التواصل.

عندك سؤال عن التحضير؟

تواصل مع فريق العيادة لتأكيد مواعيد النظام الغذائي والصيام وخطة أدويةك قبل العملية.

اتصل بالعيادة • 01039274004 العيادات والتواصل

إذا أعطاك د. فادي أو طبيب التخدير تعليمات خاصة بحالتك، فهي التي تُتبع. هذه الصفحة للتحضير قبل العملية؛ نظام التغذية بعد العملية له تعليمات مختلفة.

للمزيد عن النظام الغذائي التحضيري

تختلف تفاصيل الأنظمة الغذائية بين المراكز؛ تعليمات العيادة الخاصة بك هي المرجع لخُطتك.

مستشفى تشيلسي وويستمنستر: النظام الغذائي لتقليل حجم الكبد

آخر تحديث: ١٦ سبتمبر ٢٠٢٦