

## موضوع:

# جراحی اسلیو معده



## تهیه و تنظیم

واحد آموزش سلامت

مرکز آموزشی درمانی بوعلی سینای مراغه

تابستان ۱۴۰۳

- ✓ در خانه تمرین های تنفسی که پزشکتان برای شما شرح داده است انجام دهید، این کار به پیشگیری از عفونت های ریه و پنومونی کمک می کند.
- ✓ رژیم غذایی مخصوص که پزشکتان برای شما در نظر گرفته است را به طور دقیق و کامل رعایت کنید.

### در صورت مشاهده علائم زیر به نزدیکترین مرکز بهداشتی، درمانی و یا پزشک مراجعه نمایید

- ✿ دردی که بعد از مصرف مسکن بهتر نشود
- ✿ در صورت داشتن تنگی نفس، تپش قلب و تعریق شدید
- ✿ باز شدن بخیه ها
- ✿ هنگامی که علائمی از لخته شدن خون دارید، مانند: درد ماهیچه ساق پا، ران یا کشاله ران، قرمزی و تورم در پا یا کشاله ران
- ✿ زمانی که علائم عفونت دارید، مانند: افزایش درد، تورم، قرمزی و ترشحات غیر طبیعی

## مراقبت های پس از ترخیص:

- ✓ داروهای آنتی بیوتیک تجویز شده توسط پزشک را مطابق دستور استفاده کنید.
- ✓ برای اجتناب از سوءتغذیه و رخ دادن کمبود ویتامین ها در بدن، در صورت دستور پزشک شما باید روزانه مکمل های مورد نیاز را مصرف کنید.
- ✓ هر وقت احساس خستگی می کنید استراحت کنید. خواب کافی به شما انرژی می دهد.
- ✓ سعی کنید به صورت روزانه پیاده روی داشته باشید. این کار باعث می شود که گردش خون سریعتری داشته باشید و از بروز پنومونی و یبوست جلوگیری می کند.
- ✓ از انجام کارهای سنگین به ویژه بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.
- ✓ از ورزش هایی که ممکن است در آنها ضربه ای به شکم وارد شود خودداری کنید.
- ✓ هنگام سرفه و عطسه و نفس عمیق بهتر است یک بالش را روی محل برش عمل قرار دهید، این کار از شکم شما محافظت کرده و درد را کاهش می دهد.
- ✓ رژیم غذایی مخصوص که پزشکتان برای شما در نظر گرفته است را به طور دقیق و کامل رعایت کنید.

## جراحی اسلیو معده

چاقی یک اختلال متابولیک است که با شیوع روزافزون در بسیاری از جوامع، باعث شده تا با تعدادی از بیماری‌ها از جمله فرم‌های مختلف بیماری‌های قلبی و عروقی، دیابت، صعود ناگهانی فشار خون و غیره مرتبط باشد. خوشبختانه امروزه روش‌هایی چون اسلیو معده برای درمان این بیماری معرفی شده است. در واقع می‌توان گفت جراحی اسلیو معده به یک روش درمانی برای مبتلایان به چاقی که به دنبال کاهش وزن هستند تبدیل شده است.

در این عمل، پزشک تقریباً ۷۵ درصد از معده را بر می‌دارد و در نهایت یک معده لوله‌ای شکل که مواد غذایی کمتری را درون خود جای می‌دهد باقی می‌ماند. این عمل در افرادی قابل انجام می‌باشد که BMI بین ۳۵ تا ۴۵ داشته باشند و حجم دفعات غذایی مصرفی آنها زیاد باشد



## مراقبت‌های طول مدت بستری در بیمارستان:

پس از گذراندن مراحل جراحی، بیمار احتمالاً بین ۲-۳ روز (براساس نظر پزشک) در بیمارستان بستری می‌شود. ممکن است معده تا چند روز ملتهب و دردناک باشد که پزشک در این دوره برای تسکین درد مسکن و داروهای مورد نیاز را تجویز می‌کند.

طی مدت بستری، پرستاران به صورت مرتب فشار خون و آزمایشات لازم بعد از عمل را انجام می‌دهند. تمرینات تنفسی و حرکتی که پزشک تجویز کرده است نیز به صورت مداوم صورت می‌گیرد.

حرکات صحیح تنفسی، راه رفتن، آموزش سرفه و عطسه کردن به طوری که کمترین فشار روی شکم شما باشد به شما آموزش داده خواهد شد.

برای پیشگیری از ذات‌الریه بهتر است نفس عمیق بکشید، شکل صحیح تنفس اینگونه است که ابتدا یک دم عمیق، توقف دو ثانیه‌ای و حبس نفس، بازدم عمیق، این کار باید روزانه چند بار تکرار شود

## اقدامات پس از عمل اسلیو معده به طور خلاصه شامل موارد زیر است:

- ✓ رژیم غذایی پس از اسلیو معده
- ✓ ورزش مناسب
- ✓ تغییر سبک زندگی
- ✓ حمایت‌های روحی مناسب

رژیم غذایی شما تا دو هفته بصورت مایعات است. به مرور غذاهای جامد به آن اضافه می‌شود. اینکه چه بخورید و از چه چیز پرهیز کنید را پزشک به شما یادآوری خواهد کرد.

به صورت کلی، شما روزانه باید ۴-۶ بار غذا در وعده‌های بسیار کوچک میل کنید. برخی از غذاهایی که می‌توانید بخورید مانند:

سیب زمینی پوره شده، میوه تازه و نرم (پوست کنده) در دو هفته اول مایعات صاف شده مانند آب هندوانه، آب هویج، آب کرفس و سایر میوه‌ها به همراه آب فراوان حدود ۲-۱/۵ لیتر در روز توصیه می‌شود.

غذاهای سفت و غذاهایی که جویدن آنها دشوار است، می‌تواند باعث ناراحتی معده شود.

هنگام خوردن نوشیدنی‌ها از نی استفاده نکنید زیرا امکان ورود هوا را به معده بیشتر می‌کند.

از الکل دوری کنید زیرا الکل روند بهبودی را به تاخیر می‌اندازد.