

اصول تغذیه ای پس از جراحی :

۱. خوردن وعده های غذای مختصر با برنامه ریزی منظم

۲. آرام غذا خوردن و کاملاً جویدن

۳. مصرف مکمل های ویتامینی و معدنی طبق دستور

۴. مصرف آنزیم های پانکراسی و یا نمک های صفراوی طبق دستور

۵. تزریقات منظم ویتامین ب ۱۲ و پیگیری آزمایشهای خونی طبق دستور

۶. آموزش در مورد بروز اسهال، انواع آن، داروهای ضد اسهال

مددجوی گرامی در مورد علائم زیرگوش به زنگ باشید :

سندرم دامپینگ زود رس (گرفتگی عضلات شکم، ضعف، برافروختگی چهره، تپش قلب، سرگیجه)

سندرم دامپینگ تاخیری (اضطراب، تپش قلب، سرگیجه، ضعف، عرق ریزی) تهوع مداوم،

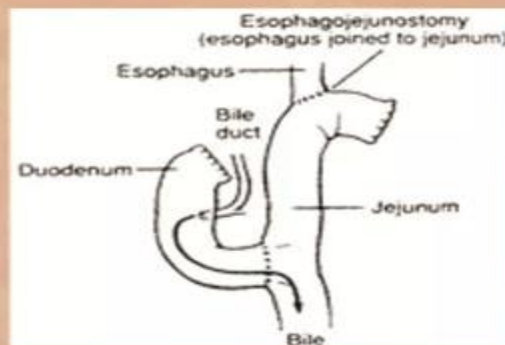
نفخ شکم، ناراحتی، خستگی و ضعف مداوم، مدفوع چرب و دارای بوی بد، درد یا سوزش سردل

سندرم دامپینگ ممکن است بعد از چند ماه برطرف شود و اغلب هم با تغییر رژیم غذایی کاهش

می یابد. تغذیه باحجم کم و مکرر در طی روز و خوردن غذاهایی که پروتئین بیشتری دارند اما

کربو هیدرات کمتری دارند معمولاً علائم را تخفیف می دهد. اگر اسهال و استفراغ بدتر شد

باید جراح را مطلع سازید



سندرم دامپینگ

کسانی که از این سندرم رنج می برند اغلب دچار قند خون پایین می شوند. دلیل کاهش قند خون تخلیه سریع غذا، تحریک غده پانکراس و آزاد سازی مقدار زیادی از انسولین به درون خون می باشد. به این نوع از افت قند خون "هیپوگلیسمی تغذیه ای" می گویند.

رژیم غذایی در ((گاسترکتومی))

دستورات رژیم غذایی بعد از عمل گاسترکتومی :

بعد از جراحی، رژیم غذایی شما بصورت زیر پیشرفت می کند :

۱. دریافت همه مایعات و غذاها از راه دهان برای ۳-۵ روز حذف می شوند. در پایان این

مدت، بسته به شرایط بیمار وی باید از طریق لوله دهانی - معدی تغذیه گردد

۲. قطعات کوچک یخ در دهان گذاشته شود یا مقدار کمی آب در دفعات نوشیده شود.

برخی افراد آبگرم را بهتر از تکه های یخ یا آب سرد تحمل می کنند.

۳. در مرحله بعد، مایعات صاف و کم کربو هیدرات مثل آب گوشت، ژلاتین شیرین نشده،

آب میوه های رقیق شده و شیرین نشده داده شود.

۴. در مرحله چهارم، غذاهای نرم و مخلوط شده به بیمار داده شود.

۵. در مرحله آخر، رژیم بعد از عمل جراحی با پیشرفت تدریجی به سمت رژیم معمولی بر حسب

تحمل بیمار پیش می رود. معمولاً بیماران هشت هفته بعد از گاسترکتومی می توانند از هر پنج

گروه غذایی استفاده کنند.

سایر مشکلات بعد از عمل گاسترکتومی :

کاهش وزن

کمبود های تغذیه ای شامل :

الف) کم خونی

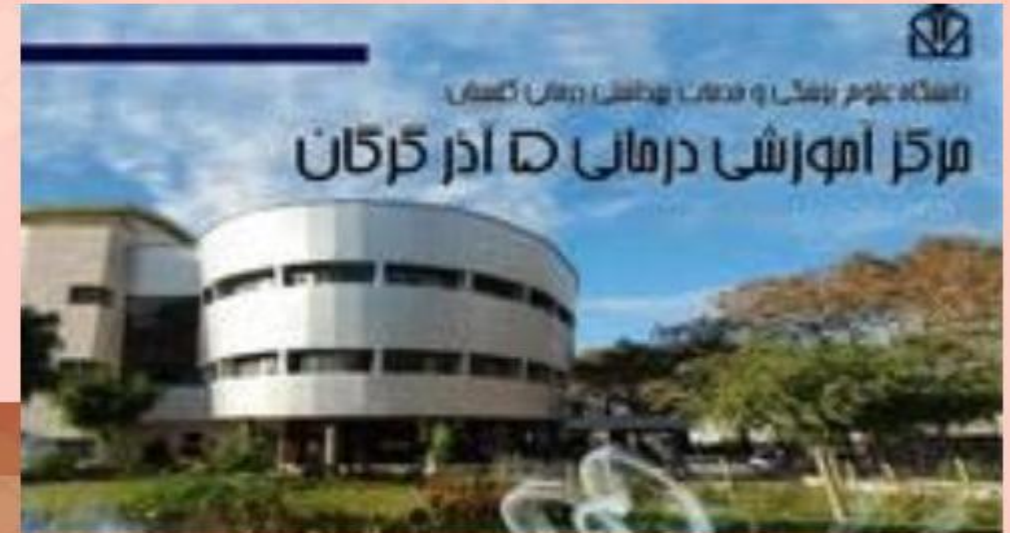
ب) بیماری های استخوانی



مرکز آموزشی درمانی ۵ آذر گرگان



راهنمای مراقبت در منزل
بیمار با جراحی معده



آدرس: گرگان ، خیابان پنج آذر، جنب آذر ششم

تلفن مرکز: 017-3115

وب سایت بیمارستان: <https://goums.ac.ir>

وب سایت بهیاب گلستان: <https://golestanbehyab.ir>