

توصیه های بعد از عمل جراحی اسلیوگاسترکتومی

عمل جراحی اسلیوگاسترکتومی سایز معده را بین ۷۰٪ تا ۸۰٪ کم می کند. در این عمل از طریق تقسیم عمودی معده از بالا به پایین معده را به شکل موز در می آورند در واقع معده شبیه گذرگاهی برای عبور غذا از مری به روده کوچک عمل می کند و این به معنای این است که فضای کوچکتر معده رژیم را اصلاح می کند. در حالت عادی معده وظیفه نگهداری و هضم مواد غذایی را به عهده دارد، که پس از این عمل بدلیل کاهش چشم گیر حجم معده با میزان بسیار کمتری از مواد غذایی فرد احساس سیری می کند. در ضمن با برداشته شدن قسمتی از معده هورمون های تحریک کننده اشتها کمتر شده و از این طریق نیز اشتهاهای فرد کاهش می یابد.

مزیت این روش این است که مسیر عبور مواد غذایی تغییر نمی کند و دسترسی به معده و روده کوچک از طریق آندوسکوپی بعد از عمل فراهم می باشد.

عوارض عمل جراحی

عوارض کوتاه مدت

۱-۲٪ خونریزی پس از عمل ۱-۲٪ شانس نشت، احتمال عفونت ریه، عفونت جراحی تنفسی و ادراری و آمبولی ریه

عوارض بلند مدت

کاهش قدرت عضلانی (که با ورزش برطرف می شود) ریزش موی سر (با مصرف مکمل ها پس از شش ماه معمولاً برطرف می شود). در موارد نادر ممکن است تنگی محل عمل جراحی رخ دهد که به روش های مختلفی قابل برطرف شدن است. از بدترین عوارض بزرگ شدن حجم معده و برگشت وزن بدلیل رعایت نکردن خود فرد در مورد دستورات غذایی می باشد که

برطرف کردن این عارضه (بزرگ شدن حجم معده) بسیار مشکل و پردردسر برای بیمار و پزشک میباشد.

محدودیت های پس از عمل

امکان خوردن غذا مثل قبل وجود ندارد.

حمایت های تغذیه ای پس از عمل اسیلو

موفقیت این عمل مرهون رعایت یک رژیم غذایی برنامه ریزی شده است.

روز اول پس از عمل

فقط مصرف مایعات شفاف توصیه می شود.

روز دوم پس از عمل

با اجازه تیم درمانی آب و آب میوه به صورت جرعه جرعه

روز سوم تا پنجم پس از عمل

مایعات صاف کم شیرین و بدون شکر افزودنی مثل: آب، آب گوشت کم ملات و کم چرب، آب میوه تازه، آب هویج (شفاف، بدون شکر بصورت رقیق شده نصف آب، نصف آب میوه).

نکته: آب میوه بایستی طبیعی باشد. از صافی خیلی ریز گذشته باشد و فاقد تکه های میوه باشد.

- برای تهیه آب گوشت مناسب ابتدا باید آن را از صافی ریز عبور داده و سپس جهت گرفتن چربی آنرا ۱۵ دقیقه در یخچال بگذارید و چربی که روی آن می بندد دور بریزید و بقیه آب گوشت را مجدداً گرم نموده و به آهستگی میل نمایید.
- از نوشیدن آب میوه های اسیدی و ترش مانند مرکبات، آب انار، آب آلبالو ۶ هفته تا ۲ ماه پرهیز نمایید.
- دریافت آب کافی برای پیشگیری از کم آبی حیاتی است. روزانه ۶ لیوان مایعات بدون شکر بیاشامید و به

یاد داشته باشید مایعات را جرعه به جرعه بنوشید و به تدریج میزان آنرا افزایش دهید.

- هنگام نوشیدن مایعات از نی استفاده نکنید و همچنین سعی کنید تا هنگام خوردن غذا و مایعات هوا بلع ننمائید.
- به یاد داشته باشید آب و آب میوه را باید در فاصله بین وعده غذایی مصرف نمائید نه همراه وعده های غذایی.
- بلافاصله پس از نوشیدن مایعات یا پس از خوردن غذا دراز نکشید.
- به محض سیر شدن، از خوردن دست بکشید تا حالت تهوع و استفراغ به شما دست ندهد.

روز ششم تا چهاردهم پس از عمل

- سوپ رقیق شده و صاف شده، که شامل سوپ گوجه تهیه شده با آب مرغ یا گوشت می باشد.
- آب میوه طبیعی، سیب، گلابی، انگور، هویج، ژله بدون شیرینی
- بین هر وعده نیم تا یک ساعت زمان بگذارید در هر وعده بیشتر از ۴ قاشق غذا نخورید.

علل یبوست بعد از عمل

بعد از عمل ممکن است یبوست روی دهد که می تواند به دلیل مصرف کم فیبر غذا و در نتیجه کاهش حرکت روده باشد. فرد در این شرایط باید مایعات بیشتری مصرف نماید. در ضمن فعالیت بدنی و پیاده روی به رفع این مشکل کمک می کند. بهتر است برای پیشگیری از یبوست، کم کم از مواد فیبری مثل نان قهوه ای- برنج قهوه ای- ماکارانی سبوس دار، حبوبات و سبزیجات پخته در رژیم خود استفاده کنید. در فواصل بین غذا



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی

مراقبت بعد از انجام عمل اسلیو

ویژه آموزش به بیمار

تهیه کننده

فاطمه گنجی - کارشناس پرستاری

تایید کننده

دکتر نادر معین وزیری

(متخصص جراحی عمومی - فلوشیپ لاپاراسکوپی)

منابع

Brethauer SA, et al. (2018). Systematic review of sleeve gastrectomy as staging and primary bariatric procedure. Surgery for Obesity and Related Diseases, 5: 469-475

تابستان ۱۴۰۴

EDU-PT-84/B



۸ تا ۱۰ لیوان آب بنوشید. در صورت بروز یبوست با پزشک خود مشورت نمایید.

فعالیت بدنی بعد از عمل اسلیو

با نظر پزشک شما می توانید بعد از به هوش آمدن کامل در بخش شروع به راه رفتن کنید. از روز اول بعد از عمل تا پایان هفته اول بسته به توان خود راه بروید. بعد از هفته اول کارهای شخصی خود را انجام دهید. تا یک ماه پس از عمل فعالیت سنگین نداشته باشید ولی به پیاده روی خود ادامه دهید. در شروع ماه دوم برای آشنایی با حرکات ورزشی مناسب و پیشگیری از شل شدن عضلات در اثر لاغر شدن به پزشک متخصص ورزش مراجعه کنید.

مصرف داروها پس از مرخص شدن از بیمارستان

داروهای تجویز شده بسته به نیاز شما و تشخیص پزشک معمولاً در دو نسخه می باشد که معمولاً نسخه اول شامل داروهای آنتی بیوتیک که به صورت شربت تجویز می شود و تا ۵ روز باید مصرف شود.

شربت متوکلوپرامید، جهت پیشگیری از تهوع و استفراغ می باشد که با نظر پزشک خود قبل از غذا سه بار در روز، در ده روز اول استفاده می کنید.

قرص پنتاپرازول روزی دو عدد صبح و شب قبل از غذا تا شش ماه باید مصرف شود.

قرص یورسوپیل جهت پیشگیری از تشکیل سنگ کلیه و سنگ کیسه صفرا با نظر پزشک روزی یک تا دو عدد تا شش ماه پس از عمل مصرف می شود.

نسخه دوم

شامل مکمل های غذایی که پودر یا قرص می باشد و بسته به نظر پزشکتان از هفته دوم بعد از عمل به مدت ۶ تا ۹ ماه بعد از عمل باید مصرف شود.

نکته مهم

از مصرف الکل و سیگار تا ۶ ماه پس از عمل به علت احتمال خونریزی معده خودداری کنید و پس از شش ماه به علت اثر گشاد کنندگی معده و شکست رژیم غذایی از مصرف آن خودداری کنید.

فواید

برطرف شدن و بوجود نیامدن کبد چرب، برطرف شدن مشکلات عضلانی و مفصلی، از بین رفتن احتمال دیابت و یا درمان آن، کاهش فشار خون.