



## تعليمات ما بعد عملية تغيير المسار

## Post-Gastric Bypass Surgery Instructions

## الاستحمام:



يستطيع المريض أن يستحم بعد مرور ٤٨ ساعة من العملية.

## ضمادات الجروح:



يجب مراعاة إبقاء ضمادات الجروح جافة لمدة ٤٨ ساعة من العملية.

بعد مرور ٤٨ ساعة يستطيع المريض إزالة الضمادات العلوية مع إبقاء الشرائط اللاصقة (البيضاء الرفيعة) على الجروح والتي ستسقط تلقائياً من نفسها مع مرور الوقت.

## النشاط البدني:



يبدأ المريض بممارسة رياضة المشي بعد العملية بأسبوعين إلى ثلاث أشهر بمعدل نصف ساعة إلى ساعة، وبعدها يستطيع الالتحاق بالنادي حسب تعليمات الطبيب.



• المرحلة الأولى:

اليوم الأول من العملية يبدأ المريض بشرب الماء ٣٠ مل كل ساعة ويزيدها تدريجياً إلى أن يصل إلى ٣٠ مل من الماء كل ربع ساعة.

• المرحلة الثانية (السوائل الشفافة):

تستمر لمدة خمس أيام فيها يسمح للمريض تناول عصير التفاح، الينسون، النعناع، الكاركاديه، الجلي الخالي من السكر مع زيادة كمية الماء إلى ٥٠ مل كل ربع ساعة.

• المرحلة الثالثة (السوائل الكاملة):

تستمر لمدة سبعة أيام فيها يسمح تناول الحليب واللبن والزبادي قليل الدسم والشوربة وعصائر الخضار والفواكه الصافية بدون سكر بمعدل ٥٠ مل كل ربع ساعة.

- المرحلة الرابعة (الطعام المطحون بالخلاط):

تستمر لمدة أسبوعين ويسمح فيها تناول ثلاث وجبات رئيسية وثلاث وجبات خفيفة مع مراعاة شرب الماء بما لا يقل عن ٢ لتر يوميا واستعمال البروتين حسب وصف أخصائية التغذية.

- المرحلة الخامسة (الطعام المهروس سهل

الهضم):

تستمر لمدة أسبوعين.

- المرحلة السادسة (الطعام الطبيعي):

يجب الاهتمام بمضغ الطعام بشكل بطيء وجيد مع مراعاة تناول ستة وجبات صغيرة ومتفرقة خلال اليوم.



ملاحظة: الرجاء مراجعة أخصائية التغذية لشرح تفاصيل المراحل الستة وما بعدها.



متى يجب على المريض زيارة قسم الطوارئ؟

ألم شديد في البطن أو الصدر (لا يستجيب لمسكنات الألم).

ضيق في النفس وخفقان (سرعة نبضات القلب).

نزيف من الجرح، أو وجود دم في البراز أو القيء.

غثيان أو قيء (لا يستجيب لأدوية الغثيان).

ارتفاع درجة حرارة الجسم أكثر من ٣٨ درجة مئوية.

ألم أو انتفاخ في الساقين.

احمرار أو انتفاخ أو إفرازات في مكان الجرح

إذا كان المريض يعاني من أمراض مزمنة مثل:

- داء السكري
- ارتفاع ضغط الدم
- ارتفاع في الكوليسترول
- أمراض الغدة الدرقية
- وأمراض نفسية
- وغيرها من الأمراض

فيجب على المريض مراجعة الطبيب المختص في هذه الأمراض، إذ أنه بعد نقصان الوزن (بعد العلمية) يحتاج المريض في الغالب إلى تعديل في جرعات الأدوية أو تغييرها .

الأدوية التي يجب على المريض الالتزام بها



بعد العملية:

• حبوب المعدة والحموضة (نيكسيوم أو أومبرازول):

حبة واحدة في الصباح (قبل الأكل بنصف ساعة)، يجب الاستمرار عليها حتى لو لم يشعر المريض بأي أعراض ونبدأ بتناولها بعد الخروج مباشرة لمدة ستة شهور.

• إبر (كليكسين) مسيلة للدم:

إبرة واحدة تحت الجلد يوميا لمدة أسبوعين إلى أربع أسابيع فقط - يتم استعمالها في حال أمر الطبيب المعالج بعد الخروج مباشرة.

• حبوب الغثيان:

تؤخذ حبة واحدة عن طريق الفم كل 6 ساعات عند الشعور بالغثيان فقط.

- **حبوب مسكنة للألم :**

- يؤخذ الأدول حبتين عن طريق الفم كل ٦ ساعات (عند الحاجة والشعور بالألم فقط).
- يؤخذ البسكوبان عند الشعور بالمغص أو التقلصات يؤخذ حبة عند اللزوم.

- **حبوب الفيتامينات المتعددة:**

- حبة واحدة في اليوم عن طريق الفم و نبدأ بتناولها بعد أسبوعين من عملية السمنة مدى الحياة.
- **حبوب (فيتامين ب المركب):** حبة واحدة في اليوم عن طريق الفم و نبدأ بتناولها بعد أسبوعين من العملية مدى الحياة.

- **إبرة فيتامين ب 12 (B12):** تعطى إبرة واحدة كل شهر بالعضل مدى الحياة.



- **حبوب الحديد:** مرة إلى مرتين يومياً، والبدء بتناولها بعد العملية بأسبوعين مدى الحياة.
- **حبوب الكالسيوم:** مرة إلى مرتين يومياً، والبدء بتناولها بعد العملية بأسبوعين مدى الحياة.
- **حبوب اوريوسوديكسوكوليك أسد:**

هي حبوب للوقاية من تكوين حصوات المرارة بعد عملية السمنة تؤخذ حبة واحدة ٠ ٢٥ ملغ مرتين يومياً ونبدأ بأخذها بعد أسبوعين من عملية السمنة لمدة ستة أشهر.

## ملاحظات مهمة:

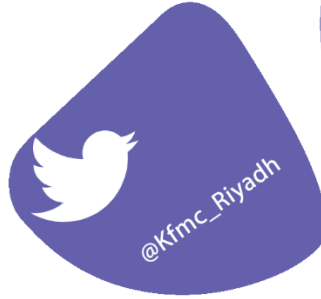
- يمنع الحمل لمدة (١٢ - ١٨) شهر بعد العملية.
- يجب المتابعة مع أخصائية التغذية والالتزام بالحمية.
- الفيتامينات: إذا حصل تقيء مستمر بعد أخذ الفيتامينات يجب التوقف عن تناولها ومراجعة الطبيب بالحال لتغيرها.
- بعد الأسبوع الرابع من العملية إذا شعر المريض بنممة أو ضعف بالأطراف الرجاء مراجعة الطبيب فوراً لأنه علامة لنقص فيتامين (B1, B12) مما يؤدي إلى ضعف في الأطراف ومشاكل بالمشي.

- قد تحدث بعد العملية مشاكل نفسية الرجاء إخبار طبيبك المعالج لتحويلك إلى طبيب مختص.
- يجب على المريض إحضار جميع الأدوية في أول زيارة مع الطبيب بعد عملية السمنة.
- يمنع استخدام المسكنات القوية خاصة التي تستخدم في تخفيف آلام المفاصل مثل ( الفولتارين، البروفين).
- يجب مراجعة طبيب الأسنان قبل عملية السمنة لتأكد من صحتها لأهمية المضغ البطيء والجيد بعد العملية.
- الصلاة على كرسي خلال أول أسبوعين بعد العملية.

# لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

وحدة جراحة المناظير والسمنة



HEM1.19.000805

