

گاسترکتومی

(برداشتن معده)

گروه هدف: بیماران محترم

تهیه کننده: واحد آموزش دفتر پرستاری

شهریور ۱۳۹۷

همدان - پل پیشاهنگی
بیمارستان موقوفه شهید
مطهری
۰۸۱-۳۸۲۲۴۰۰۳-۴

برداشتن معده به صورت قسمتی از معده یا تمام معده به دلایل زیر انجام می شود:

- ۱- سرطان معده
- ۲- خونریزی معده
- ۳- سوراخ شدن دیواره معده

عوامل خطر آفرین:

- ۱- سیگار
- ۲- مصرف غذاهای پرچرب و پرنمک

- ۳- سابقه فامیلی
- ۴- سن بالای ۴۰ سال
- ۵- التهاب معده
- ۶- باکتری معده
- ۷- زیاد و سریع خوردن
- ۸- مصرف کم سبزیجات
- ۹- استرس های روانی
- ۱۰- مصرف فراوان آسپرین

مراقبت های قبل از عمل:

- ۱- روز قبل از عمل استحمام نمایید.
- ۲- ۶ تا ۸ ساعت قبل از عمل چیزی نخورید.
- ۳- آزمایشات و عکس های تشخیصی خود را به همراه داشته باشید.
- ۴- در صورت داشتن موهای زائد بر سطح شکم، آن را بتراشید و تمیز نمایید.
- ۵- دستبند شناسایی بیمار از قسمت پذیرش را تحویل گرفته و پس از کنترل توسط پرستار به دست غالب بسته شود.
- ۶- در صورت وجود حساسیت دارویی ، غذایی و فصلی و بیماری خاص به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید.

مراقبت های بعد از عمل:

- ۱- تا زمان دستور پزشک مبنی بر شروع رژیم ، چیزی نخورید.
- ۲- پس از دستور پزشک، رژیم غذایی خود را با مقادیر کم و به تدریج شروع کنید.
- ۳- در صورت علائم خواب آلودگی ، عرق سرد ، تهوع ، استفراغ ، اسهال و گرفتگی شکم به پزشک و پرستار اطلاع دهید.
- ۴- بسته به نوع عمل شما و تحت نظر پزشک ، مولتی ویتامین استغاده نمایید.
- ۵- بعد از دستور پزشک ، جهت جلوگیری از تشکیل لخته در پاها ، هرچه زودتر راه بروید. قبل از خارج شدن از تخت ، لبه تخت نشسته ، پاها را آویزان نمایید و در صورت نداشتن سرگیجه از تخت خارج شده و راه بروید.

آموزش و ارتقای سلامت:

الف) رژیم غذایی بعد از جراحی:

- ۱- به آرامی غذا بخورید و غذا به خوبی جویده بشود.
- ۲- در هنگام غذا خوردن آرام و ریلکس باشید.
- ۳- ۳۰ تا ۶۰ دقیقه بعد از غذا خوردن ، به پهلو راست دراز بکشید . این حالت ، تهوع و استفراغ را کاهش می دهد.
- ۴- از خوردن شیرهای حاوی شکلات ، میوه های خشک شده ، مواد غذایی با شیرینی بالا مثل عسل به علت بروز مشکل خودداری نمایید.
- ۵- از مصرف بیشتر از یک قاشق چایخوری نمک ، فلفل و ادویه جات در روز اجتناب کنید.
- ۶- تعداد وعده های غذایی خود را به حداقل ۶ بار در روز افزایش دهید (حجم کم ، دفعات زیاد)
- ۷- همیشه غذا با کالری بالا مانند کلوچه حاوی روغن بادام زمینی به همراه داشته باشید.
- ۸- کاهش وزن خود را به پزشک اطلاع دهید.

- ۹- غذاهای حاوی پروتئین بالا مانند گوشت ، ماهی ، تخم مرغ ، شیر ؛ ماست ، روغن بادام زمینی و مغزگردو و پسته استفاده نمایید.
- ۱۰- همراه غذا آب ننوشید . نیمه ساعت قبل یا بعد از غذا از نوشیدنی استفاده نمایید.
- ۱۱- از انواع نان ها ، برنج ، سیب زمینی ، ماکارونی می توانید استفاده نمایید.
- ۱۲- از مصرف غذاهای خیلی گرم ، خیلی سرد ، الکل خودداری نمایید.

ب) فعالیت فیزیکی:

- ۱- از بلند کردن اجسام بیش از ۴/۵ کیلوگرم به مدت ۶ هفته خودداری کنید.
- ۲- در هنگام خستگی استراحت نمایید و فعالیت خود را به تدریج افزایش دهید.
- ۳- در صورت ۴ هفته می توانید فعالیت های معمول خود را از سر بگیرید.
- ۴- برای شروع فعالیت هایی مانند رانندگی ، شروع مجدد کار و انجام فعالیت های ورزشی حتماً با پزشک خود مشورت نمایید.