

گاسترکتومی

(برداشتن معده)

گروه هدف: بیماران محترم

تهیه کننده: واحد آموزشی دفتر پرستاری

خرداد ۱۴۰۱

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

مظهری

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 پهلوی 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 بنوشید . نیم 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.