

جراحی رفلاکس معده

شماره پرونده:		
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: ☐ زن ☐ مرد	تشخیص (علت بستری):
تاریخ پذیرش:		
بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:		
مراقبت در منزل: - غذا را به مقدار کم و در وعده های متعدد میل کنید (پنج تا شش مرتبه در روز). - غذا را آهسته میل کنید و آن را کاملاً بجوید تا بزاق به غذا اضافه گردد و بهتر هضم شود. - از غذاهای خیلی داغ یا خیلی سرد، ادویه ها (فلفل، زردچوبه، زعفران، زیره و...) پیاز و سیر، قهوه، کاکائو، ترشی ها، انواع نوشابه ها (کوکاکولا و پپسی) پرهیز کنید. - از مصرف قندهای ساده خودداری شود (مانند: ژله، کیک، آب نبات، فرنی). - رژیم غذایی باید غنی از پروتئین و از لحاظ چربی متوسط و کم نمک و کم کربوهیدرات مانند مواد قندی، نشاسته ای، نان و ماکارانی باشد. - از خوردن و آشامیدن سه ساعت قبل از خواب اجتناب کنید. - از مصرف آب در طی غذا خوردن پرهیز کنید. - موقع صرف غذا وضعیت نیمه نشسته داشته باشید و پاها خمیده باشد. - حداقل نیم ساعت پس از هر وعده غذایی دراز بکشید. - مایعات و آب را یک ساعت قبل از غذا و دو ساعت بعد از غذا می توانید بنوشید. - موقع خواب سر را بالاتر نگه دارید تا از برگشت غذا جلوگیری شود. - حبوبات (نخود، لوبیا، عدس و...) جزء مواد غذایی نفاخ است برای کاهش نفخ می توانید حبوبات را به مدت یک ساعت قبل از پختن خیس کنید. - هر روز 30 مرتبه تنفس عمیق بکشید (مثلاً داخل یک لوله شیشه ای آب دار همراه با رابط فوت نمایید) و روزی چندین مرتبه حتماً سرفه کنید. - بهتر است چند هفته اول بعد از جراحی از انجام کار بدنی سنگین پرهیز کنید. - در طول روز استراحت داشته باشید. - محل برش جراحی را تمیز و خشک نگهدارید. - بخیه ها معمولاً یک هفته پس از عمل کشیده می شوند و در همین حدود هم کار روزانه خود را شروع کنید. - دندان ها و پوشیدگی های آن را ترمیم کنید. - در صورت داشتن حالت تهوع و استفراغ از بوهای زننده و تند، خوردن غذاهای پر حجم، قرار گرفتن در محیط گرم یا شلوغ خودداری کنید. - هر هفته خود را وزن کنید و در صورت کاهش شدید وزن به جراح معالج خود مراجعه نمایید. - شستشوی مرتب دهان همراه با محلول های خوش طعم دهان شویه، سرم فیزیولوژی، آب نمک رقیق، جوش شیرین جهت جلوگیری از تهوع و استفراغ موثر می باشد. - از مصرف سیگار خودداری کنید و سعی کنید در معرض دود سیگار هم نباشید. - داروهای خود را طبق دستور پزشک و در فواصل منظم مصرف کنید و دوره مصرف آن را کامل کنید از قطع داروها بدون اجازه پزشک خودداری کنید. - در صورت مصرف قرص های آسپرین و کورتون با پزشک مشورت کنید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - تهوع، استفراغ مداوم، اسهال، نفخ یا اتساع شکم، از دست رفتن مداوم وزن، مدفوع چرب، درد و سوزش بالای معده که پس از غذا خوردن بدتر شود. - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی		