



مرکز آموزشی درمانی الزهرا (س)

یاسمن اسمه دواء و ذکره شفاء



راهنمای بیمار

(خودمراقبتی در برداشتن قسمتی از معده)

گاسترکتومی

کد مختوا: ۳۳۷

www.alzhra.mui.ac.ir

salamat@azh.mui.ac.ir

03136202008

مراقبت از زخم جراحی

- پانسمان را تمیز و خشک نگه دارید.
- هنگام حمام از آب ولرم و صابون ملایم استفاده کنید.
- در صورت مشاهده ی قرمزی، ترشح، بوی بد یا تب، فوراً پزشک را مطلع کنید.

مراقبت در منزل

- خوردن وعده های کوچک و مکرر (۵ تا ۶ وعده در روز)
- پرهیز از مصرف زیاد قند ساده (شیرینی، نوشابه، آبمیوه صنعتی)
- نوشیدنی ها را بین وعده ها مصرف کنید، نه همراه غذا
- دراز کشیدن به مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه بعد از غذا
- برای کند کردن عبور غذا
- مصرف بیشتر پروتئین و فیبر (گوشت بدون چربی، سبزیجات، غلات سبوس دار)

تهیه کننده: نیلوفر عطایی زاده "کارشناس پرستاری"
مشاور علمی: جناب آقای دکتر مقصودی

منابع: Mayo Clinic: Gastrectomy – Patient Care
Johns Hopkins Medicine: Post- and Recovery
Gastrectomy Guidelines

انجمن متخصصان گوارش و کبد ایران
طراحی و ویرایش: مریم اقتداری "کارشناس ارشد پرستاری"
زهرا باقری "سوپر وایزر آموزش سلامت"
دفتر آموزش سلامت الزهرا آبان ۱۴۰۴

علائم: احساس پری یا نفخ، تهوع و دل پیچه، اسهال، سرگیجه و تپش قلب، تعریق و ضعف
دامپینگ دیورس: بروز علائم ۲ تا ۳ ساعت بعد از غذا

بعلت: ترشح زیاد انسولین به دنبال ورود سریع قند به خون و افت ناگهانی قند خون
علائم: احساس گرسنگی شدید، لرزش و تعریق، تپش قلب، گیجی، تاری دید و یا بی حالی

پیشگیری از سندروم دامپینگ

- وعده های کوچک و با فاصله بخورید.
- پس از غذا در حالت نشسته بمانید، دراز نکشید.
- مصرف قندهای ساده (کیک، نوشابه، آبمیوه صنعتی) را کاهش دهید.

فعالیت و استراحت

- استراحت کافی داشته باشید ولی بی تحرک نباشید.
- پیاده روی آرام روزانه به بهبود گردش خون کمک می کند.
- از بلند کردن اجسام سنگین به مدت ۴ تا ۶ هفته خودداری کنید.
- به تدریج فعالیت های روزمره را افزایش دهید.

علائم هشدار دهنده

- تب بالاتر از ۳۸ درجه، استفراغ مداوم یا خونی، درد شدید شکم، مدفوع تیره یا خونی، ضعف یا سرگیجه پس از غذا خوردن

گاسترکتومی (برداشتن معده)

گاسترکتومی نوعی عمل جراحی است که در آن بخشی یا تمام معده برداشته می‌شود. این جراحی ممکن است به دلایلی مانند بدخیمی معده، زخم‌های مزمن، یا چاقی مفرط انجام شود. پس از عمل، دستگاه گوارش باید به شرایط جدید سازگار شود، بنابراین مراقبت‌های پس از عمل بسیار اهمیت دارد.

انواع گاسترکتومی

- **گاسترکتومی جزئی:** فقط بخشی از معده برداشته می‌شود.
- **گاسترکتومی کامل:** کل معده برداشته می‌شود.
- **گاسترکتومی آستینی:** یا اسلیو معده، بخش بزرگی از معده حذف شده و معده باریک‌تر می‌شود.
- **گاسترکتومی با بازسازی:** پس از برداشتن معده، مسیر گوارش دوباره متصل می‌شود.

اهداف انجام عمل

- درمان بدخیمی معده
- درمان زخم‌های گوارشی شدید یا مقاوم
- کنترل چاقی مفرط
- پیشگیری از خونریزی یا سوراخ شدن معده

مراقبت‌های قبل از عمل

- ناشتا بودن حداقل ۸ ساعت قبل از جراحی
- قطع مصرف داروهای رقیق کننده خون با نظر پزشک
- انجام آزمایش‌های لازم (خون، عکس قفسه سینه، نوار قلب)

مراقبت‌های بعد از گاسترکتومی در بیمارستان

- تغذیه ابتدا از راه سرم انجام می‌شود.
- پس از چند روز، مصرف مایعات شفاف آغاز و به تدریج رژیم نرم شروع می‌شود.
- در صورت تحمل، بیمار می‌تواند پس از چند روز مرخص شود.

تغذیه در منزل مرحله به مرحله

- **مرحله اول:** مایعات صاف (آب، آبگوشت، ژله بدون قند).
- **مرحله دوم:** سوپ رقیق، پوره سیبزمینی یا سبزیجات نرم.
- **مرحله سوم:** غذاهای نرم مانند مرغ پخته و تخم‌مرغ نرم.
- **مرحله نهایی:** رژیم معمول با نظر پزشک و متخصص تغذیه.

نکات تغذیه‌ای مهم

- وعده‌های کوچک ولی متعدد مصرف کنید (۵ تا ۶ وعده در روز).
- غذا را خوب بجوید و با سرعت کم مصرف کنید.
- هنگام غذا خوردن مایعات ننوشید؛ نیم ساعت قبل یا بعد از غذا مایعات بنوشید.
- از مصرف غذاهای چرب، شیرین، یا گازدار پرهیز کنید.
- از نوشابه، قهوه غلیظ و الکل خودداری کنید.

داروها و مکمل‌ها

- داروهای تجویزی را دقیقاً طبق دستور مصرف کنید.
- احتمال دارد نیاز به تزریق ویتامین (B۱۲ب) یا مکمل‌های آهن و کلسیم داشته باشید.
- از مصرف خودسرانه داروهای مسکن یا ضدالتهاب پرهیز کنید.
- در صورت تهوع، داروی ضد تهوع را طبق دستور مصرف کنید.

انواع سندرم دامپینگ

دامپینگ زودرس: بروز علائم ۱۰ تا ۳۰ دقیقه بعد از غذا خوردن باعث حرکت سریع مواد غذایی غلیظ و قندی به روده و ورود ناگهانی مایعات از بدن به درون روده