



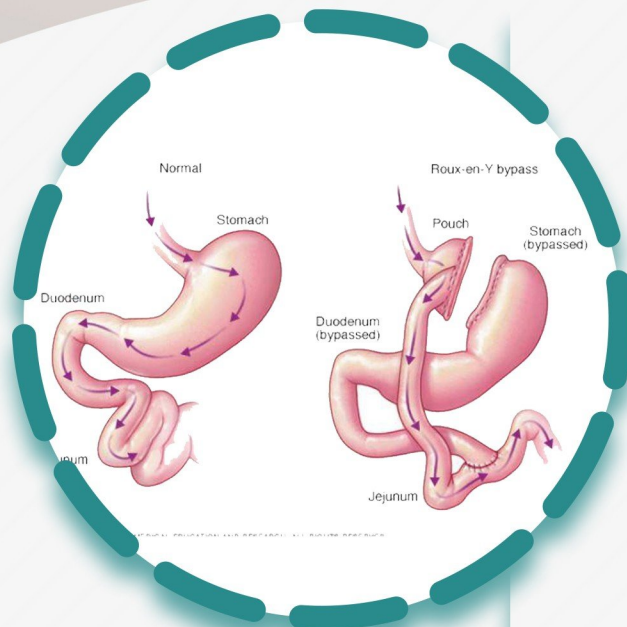
بای پس معده

- فعالیت
- رژیم غذایی
- زمان مراجعه بعدی
- مراقبت دارو

بیمارستان و مرکز قلب سینا

کد سند
تاریخ بازنگری

S/NM/ICU.G/2/00
1401/09/01



SINA HOSPITAL & HEART CENTER
بیمارستان و مرکز قلب سینا

برای کسب اطلاعات بیشتر از
طریق راه های زیر اقدام نمایید:

 sinahospital.com

 031-32205025

 [sina.hospital.isf](https://www.instagram.com/sina.hospital.isf)

زمان مراجعه بعدی

- یک هفته بعد از جراحی و سپس طبق دستور پزشک.





فعالیت

- بهتر است چند هفته ی اول از کار بدنی سنگین پرهیز کنید ولی فعالیت روزمره (پیاده روی) را در اولین فرصت (حتی روز بعد از عمل) شروع کنید.
- فعالیت های ورزشی سنگین و شرکت در باشگاه های بدنسازی از ماه سوم توصیه می شود.

مراقبت

- برش جراحی را تمیز و خشک نگه دارید.
- بخیه ها معمولا یک هفته پس از عمل کشیده می شوند.
- پانسمان با چسب زخم کفایت می کند.
- دو روز بعد از عمل استحمام کنید.
- پوشیدن جوراب ضد آمبولی حداقل تا دو هفته بعد از عمل ادامه یابد.
- در صورت داشتن مشکل حین بلع غذا، به جراح خود مراجعه کنید.
- در صورت داشتن حالت تهوع و استفراغ، از بو های زننده و تند، خوردن غذا های پر حجم و قرار گرفتن در محیط های گرم و شلوغ خودداری کنید.

- در صورت کاهش شدید وزن به جراح خود اطلاع دهید.
- در صورت خونریزی از درن به اورژانس مراجعه کنید.
- دهان خود را مرتبا با دهانشویه، سرم فیزیولوژی، آب نمک رقیق و یا جوش شیرین شستشو دهید.
- از کشیدن تنباکو، سیگار و الکل که باعث التهاب شدید مری می شوند، خودداری کنید و سعی کنید که در معرض دود سیگار هم نباشید.

رژیم غذایی

- دو هفته ی اول مایعات صاف شده و سپس تا دو هفته رژیم میکس له شده و سپس جامدات شروع شود.
- از خوردن نوشابه، ادویه جات، غذای خیلی داغ و خیلی سرد، قهوه و کاکائو و ترشیجات خودداری کنید.
- غذا را کاملا بجوید.
- غذا را به مقدار کم و در چند وعده میل کنید.
- سه ساعت قبل از خواب چیزی نخورید.
- حین غذا خوردن آب نخورید.

- موقع غذا خوردن نیمه نشسته و پاها خمیده باشند.
- رژیم کم نمک استفاده کنید.
- دو ساعت بعد و یک ساعت قبل از غذا میتوانید آب بخورید.
- به هیچ وجه برای نوشیدن از نی استفاده نکنید.
- در ماه اول فقط از عدسی و در ماههای بعد از سایر حبوبات استفاده کنید.
- سبزیجات بعد از ماه اول و به صورت پخته شروع گردد.

دارو

- دارو های خود را طبق دستور پزشک مصرف نمایید.
- در صورت مصرف قبلی آسپیرین و کورتون، با پزشک خود مشورت کنید