



تجمع الرياض الصحي الثاني
Riyadh Second Health Cluster
شركة الصحة القابضة



تعليمات ما بعد عملية التكميم

Post- Sleeve Surgery

Instructions

الاستحمام:



يستطيع المريض أن يستحم بعد مرور **٤٨ ساعة** من العملية.

ضمادات الجروح:



يجب مراعاة إبقاء ضمادات الجروح جافة لمدة **٤٨ ساعة** من العملية. بعد مرور **٤٨ ساعة** يستطيع المريض إزالة الضمادات العلوية مع إبقاء الشرائط اللاصقة (البيضاء الرفيعة) على الجروح والتي ستسقط تلقائياً من نفسها مع مرور الوقت.

النشاط البدني:



يبدأ المريض بممارسة رياضة المشي بعد العملية بأسبوعين إلى ثلاث أشهر بمعدل نصف ساعة إلى ساعة، وبعدها يستطيع الالتحاق بالنادي حسب تعليمات الطبيب.



• المرحلة الأولى:

اليوم الأول من العملية يبدأ المريض بشرب الماء ٣٠ مل كل ساعة ويزيدها تدريجياً إلى أن يصل إلى ٣٠ مل من الماء كل ربع ساعة.

• المرحلة الثانية (السوائل الشفافة):

تستمر لمدة خمس أيام فيها يسمح للمريض تناول عصير التفاح، الينسون، النعناع، الكركديه، الجلي الخالي من السكر مع زيادة كمية الماء إلى ٥٠ مل كل ربع ساعة.

• المرحلة الثالثة (السوائل الكاملة):

تستمر لمدة سبعة أيام فيها يسمح تناول الحليب واللبن والزيادي قليل الدسم والشورية وعصائر الخضار والفواكه الصافية بدون سكر بمعدل ٥٠ مل كل ربع ساعة.

- **المرحلة الرابعة (الطعام المطحون بالخلط):**

تستمر لمدة أسبوعين ويسمح فيها تناول ثلاث وجبات رئيسية وثلاث وجبات خفيفة مع مراعاة شرب الماء بما لا يقل عن ٢ لتر يوميا واستعمال البروتين حسب وصف أخصائية التغذية.

- **المرحلة الخامسة (الطعام المهروس سهل**

الهضم):

مدتها أسبوعين.

- **المرحلة السادسة (الطعام الطبيعي):**

يجب الاهتمام بمضغ الطعام بشكل بطيء وجيد.



ملاحظة: الرجاء مراجعة أخصائية التغذية لشرح تفاصيل المراحل الستة وما بعدها.



متى يجب على المريض زيارة قسم الطوارئ؟

ألم شديد في البطن أو الصدر
(لا يستجيب لمسكنات الألم)

ضيق في النفس وخفقان القلب
(تسارع نبضات القلب)

نزف الجروح، أو وجود دم في البراز أو القيء

غثيان أو قيء
(لا يستجيب لأدوية الغثيان)

ارتفاع في درجة حرارة الجسم أكثر من ٣٨
درجة مئوية

احمرار أو انتفاخ أو إفرازات في أماكن الجروح

ألم أو انتفاخ في الساقين

إذا كان المريض يعاني من أمراض مزمنة مثل:

- داء السكري
- ارتفاع ضغط الدم
- ارتفاع في الكوليسترول
- أمراض الغدة الدرقية
- وأمراض نفسية
- وغيرها من الأمراض

فيجب على المريض مراجعة الطبيب المختص في هذه

الأمراض، إذ أنه بعد نقصان الوزن (بعد العلمية) يحتاج

المريض في الغالب إلى تعديل في جرعات الأدوية أو

تغييرها.

الأدوية التي يجب على المريض الالتزام بها



بعد العملية:

- **حبوب المعدة والحموضة (نيكسيوم أو أومبرازول):**

حبة واحدة في الصباح (قبل الأكل بنصف ساعة)، يجب الاستمرار عليها حتى لو لم يشعر المريض بأي أعراض ويبدأ بتناولها بعد الخروج مباشرة لمدة ستة شهور.

- **إبر (كليكسين) مسيلة للدم:**

إبرة واحدة تحت الجلد يوميا لمدة أسبوعين إلى أربع أسابيع. يتم استعمالها في حال أمر الطبيب المعالج بعد الخروج مباشرة.

- **حبوب الغثيان:**

تؤخذ حبة واحدة عن طرق الفم كل 6 ساعات عند الشعور بالغثيان فقط.

- **حبوب مسكنة للألم:**

- يؤخذ الأدول حبتين عن طريق الفم كل ٦ ساعات (عند الحاجة

والشعور بالألم فقط)

- يؤخذ البسكوبان عند الشعور بالمغص أو التقلصات يؤخذ حبة عند

اللزوم.

- **حبوب الفيتامينات المتعددة:**

حبة واحدة في اليوم عن طريق الفم ويبدأ بتناولها بعد أسبوعين من

العملية لمدة ستة شهور على الأقل.

- **حبوب نيوروبيون (مجموعة فيتامينات ب):**

حبة واحدة في اليوم عن طريق الفم ويبدأ بتناولها بعد أسبوعين من العملية لمدة ستة شهور على الأقل.

- **حبوب أوردوكسوكوليك أسد:**

حبوب للوقاية من تكوين حصوات المرارة بعد عملية السمنة وتأخذ حبة واحدة . ٢٥ ملغ مرتين يوميا ويبدأ بأخذها بعد أسبوعين من عملية السمنة لمدة ستة شهور.

ملاحظات مهمة:



- يمنع الحمل لمدة (١٢ - ١٨) شهر بعد العملية.
- يجب المتابعة مع أخصائية التغذية والالتزام بالحمية.
- يجب التوقف عن تناول حبوب الفيتامينات إذا حصل تقيء مستمر بعد أخذها ومراجعة الطبيب بالحال.
- بعد الأسبوع الرابع من العملية إذا شعر المريض بنممة أو ضعف بالأطراف الرجاء مراجعة الطبيب فوراً لأنه علامة لنقص فيتامين (B1,B12) مما يؤدي إلى ضعف في الأطراف ومشاكل بالمشي.
- قد تحدث بعد العملية مشاكل نفسية الرجاء إخبار طبيبك المعالج لتحويلك إلى طبيب مختص.

- يجب على المريض إحضار جميع الأدوية في أول زيارة مع الطبيب
- بعد عملية السمنة.
- يمنع استخدام المسكنات القوية خاصة التي تستخدم في تخفيف
- آلام المفاصل مثل (الفولتارين، البروفين).
- يجب مراجعة طبيب الأسنان قبل عملية السمنة لتأكد من صحتها
- لأهمية المضغ البطيء والجيد بعد العملية.
- الصلاة على كرسي خلال أول أسبوعين بعد العملية.

لأن الوعي وقاية

إدارة التشخيص الصحي

وحدة جراحة المناظير والسمنة

HEM1.19.000783