

رژیم غذایی ۱۰ روز اول پس از عمل جراحی اسلیو و بای پس معده

بعد از عمل اسلیو و بای پس معده چه غذاهایی را باید مصرف کنیم؟



رژیم غذایی ۱۰ روز اول پس از عمل جراحی اسلیو و بای پس معده

وصیه میشود بیماران فقط از مایعات صاف شده استفاده نمایند تا فشاری به استپلرهای محل جراحی وارد نشود. مصرف زیاد آب و مایعات بعد از عمل جراحی باعث بهبود روند درمان و کمک به حذف علائمی مانند تهوع و استفراغ می شود .

ب: که به تدریج به ۵/ ۱ تا ۲ لیتر افزایش دهید (حد اقل ۸ لیوان آب در روز که باید به مقدار کم یعنی یک فنجان ، یک فنجان مصرف شود) .

نیر کم چرب: با توجه به نفاخ بودن شیر در صورت عدم تحمل از شیر بدون لاکتوز و یا شیر سویا استفاده شود

وغ: کم چرب ، ترجیحا خانگی و بدون گاز

ب گوشت و آب مرغ (ترجیحا سینه مرغ): که به همراه سبزیجات ، هویج ، کرفس ، کدو سبز ، کدو حلوائی بدون چربی با کمی نمک پخته شده ابتدا از صافی رد کرده ، داخل یخچال گذاشته و پس ز سرد شدن چربی روی آن جدا و مجددا گرم کرده و با کمی آب لیموی تازه در هر وعده به مقدار یک فنجان کوچک (حدود ۵۰ تا ۱۰۰ سی سی) مصرف شود .

ب سوپ: ابتدا از صافی رد شده سپس مصرف شود

ب میوه: بدون پالم و صاف شده ۲۰٪ رقیق شود که ترجیحا آب کرفس ، سیب ، هویج و پرتقال (غیر از افراد دیابتی) چای کم رنگ حداکثر دو فنجان و یا چای سبز به همراه یک قاشق چای خوری عمل در روزهای اول از مایعات شیرین استفاده نشود (به علت ایجاد سرگیجه ، طپش قلب و تعریق)

وجه شود که در ۱۰ روز اول به هیچ عنوان غذای جامد مصرف نشود آب هندوانه در افراد غیر دیابتی نیاز به رقیق شدن ندارد افزودن ادویه جات به مایعات صاف شده منعی ندارد ولی مصرف فلفل . الکل اکیدا ممنوع است مصرف قهوه ، نوشیدنی های صنعتی ، گازدار ، ترش و مایعات پروتئینی در هفته اول بعد از جراحی ممنوع است.