



Samodzielny Publiczny Wojewódzki
Szpital Chirurgii Urazowej
im. dr. Janusza Daaba w Piekarach Śląskich

DZIAŁ ŻYWIENIA

ZASADY ŻYWIENIA W TRZECH PIERWSZYCH DOBACH PO ZABIEGU OPERACYJNYM

Szpital Akredytowany

Szpital Promujący Zdrowie



opracowanie:
Anna Pawłowska
Aleksandra Tomanek

Żywnienie w okresie pooperacyjnym i przestrzeganie zaleceń opisanych w tej ulotce jest równie ważne dla wyniku leczenia jak zażywane leki, wykonana operacja, rehabilitacja pooperacyjna.

Po zabiegu operacyjnym w naszym szpitalu zalecamy pacjentom ograniczenie posiłków ciężko strawnych. Dieta ta jest prostą modyfikacją żywienia podstawowego. Dieta łatwostrawna, o ile nie ma dodatkowych wskazań dietetycznych, powinna dostarczać taką samą ilość energii oraz wszystkich składników odżywczych, jak w przypadku żywienia podstawowego.

Z diety wyklucza się produkty i potrawy trudno strawne, wzdymające, tłuste, smażone, a także ostre przyprawy. W diecie łatwostrawnej należy **zmniejszyć podaż błonnika pokarmowego.**

Posiłki należy spożywać **4-5 razy** w ciągu dnia, regularnie o określonych godzinach i w niewielkich objętościach. Ostatni posiłek zaleca się **2 godziny** przed snem.

Potrawy sporządza się metodą **gotowania w wodzie, na parze.** Można stosować duszenie, obsmażając produkty bez tłuszczu na patelniach do smażenia beztłuszczowego, pieczenie w folii, w pergaminie, naczyniach ceramicznych, na ruszcie, w piekarniku lub opiekaczu elektrycznym. **Smażenie i pieczenie na tłuszczu jest wykluczone.** Nasiąknięta tłuszczem potrawa jest trudno strawna. Do zaprawiania zup, sosów, i warzyw nie stosuje się zasmażek.

Wykluczamy z diety te produkty i potrawy po których nie czujemy się dobrze. Dobór produktów uzależniamy od indywidualnej tolerancji.

Wszyscy pacjenci oddziału Anestezjologii i Intensywnej Terapii oraz Intensywnej Terapii Pooperacyjnej mają zleconą dietę łatwostrawną.

DOBA ZERO (DZIEŃ ZABIEGU OPERACYJNEGO)

- pacjent pozostaje na czczo;
- po zabiegu operacyjnym prowadzone jest nawadnianie pacjenta drogą pozajelitową, pacjent jeżeli odczuwa pragnienie może przyjąć niewielką ilość wody niegazowanej w celu zwilżenia błon śluzowych jamy ustnej;
- gdy znieczulenie przestanie całkowicie działać pacjent może rozpocząć przyjmowanie płynów doustnych w ilości potrzebnej do ugaszenia pragnienia (woda niegazowana, lekka herbata niskosłodzona bez dodatku cytryny);
- pacjent może przyjąć łatwostrawną kolację.

W PIERWSZEJ, DRUGIEJ I TRZECIEJ dobie po zabiegu operacyjnym pacjenci zobowiązani są do przestrzegania diety podawanej w oddziale szpitalnym. Przyjmowanie wszelkich innych produktów żywieniowych przyniesionych przez rodzinę powinno być uprzednio konsultowane z personelem medycznym.

Drogi pacjencie prosimy o przestrzeganie wyżej wymienionych zasad dotyczących żywienia, co pozwoli na pozytywne efekty leczenia i szybszy powrót do zdrowia.