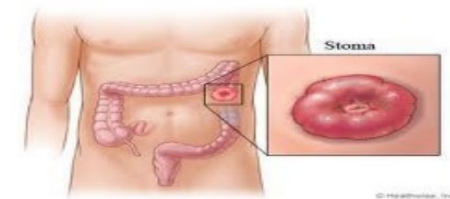


## نکات تغذیه ای پس از عمل جراحی کولکتومی و کولوستومی



**تهیه کننده : واحد آموزش به بیمار بیمارستان نفت تهران**

**منبع : اصول تغذیه رایینسون**

**تایید کننده مجدد: دکتر مهدی کریمی فوق تخصص خون**

**،انکولوژی و پیوند مغز استخوان نفت آبادان**

**تاریخ تهیه : بهار ۱۳۹۳**

**تاریخ بازنگری بعدی : زمستان ۱۴۰۳**



من را اسکن کن

نکات تغذیه ای که متعاقب عمل جراحی کولکتومی و کولوستومی لازم است رعایت نمایند:

\* غذا ها را به آهستگی میل نماید و کاملاً بجوید چرا که ممکن است که تکه های نجویده غذا در محل خروج مواد دفعی از بدن گیر نمایند.

\* از مصرف مواد غذایی زیر تا حد امکان پرهیز شود چرا که می تواند سبب انسداد محل خروجی مواد دفعی شوند:

هویج خام ، کرفس خام ، پوست و دانه میوه ها ، سبزی ها، قارچ، آناناس خام ، نارگیل، مغز ها ، گوشت های دارای بافت محکم که جویدن آنها مشکل باشد ، همانند برخی از کباب برگ ها ، ذرت بو داده (پاپ کورن) حبوبات ، میوه های خشک از قبیل کشمش

\* کلیه میوه ها و سبزی های خام به خوبی جویده شوند و تا حد امکان میوه ها به صورت پوره و سالاد ها به صورت رنده شده مصرف شوند میوه ها و سبزی های پخته در این بیماران بهتر تحمل می شوند.

\* با توجه به اینکه مواد دفعی به صورت مایع از بدن دفع می شوند لذا مصرف مایعات باید به میزان کافی باشد تا بدن دچار کم آبی نشود.

\* مصرف مواد غذایی زیر می تواند سبب افزایش حجم مواد دفعی از بدن و در نتیجه ناراحتی بیمار گردد:

حبوبات ، کلم بروکلی ، اسفناج ، آب میوه ها به ویژه آب آلو، قهوه، غذاهای پر ادویه ، شیرین بیان

\* مصرف مواد غذایی زیر به دلیل اینکه مواد باقیمانده کمی از آنها بعد از عمل هضم و جذب بر جا می ماند لذا می توانند سبب کاهش حجم مواد دفعی شود:

موز، برنج ، سیب زمینی ، ماکارونی ، نان های سفید ، ماست ، پوره سیب ، کره بادام زمینی

\* نمک اضافه شده به مواد غذایی کمی بیشتر از حد طبیعی باشد.

\* از مصرف مواد غذایی زیر پرهیزید چرا که باعث تولید نفخ و یا باعث ایجاد بوی بد در این بیماران می شوند:

انواع کلم ها ، سیر و پیاز، ذرت، حبوبات ، انواع سبوس ها ، فلفل سبز، مغزها ، تخم مرغ ، ماهی، بعضی پنیرها ، کاکائو و شکلات ، نارگیل ، نوشیدنی های گازدار

\* مصرف ماست و همچنین جعفری می تواند سبب کاهش نفخ و کاهش بوی بد مواد دفعی شود.

\* جویدن آدامس و استفاده از نی جهت نوشیدن مایعات سبب رسیدن هوا و ایجاد نفخ می گردد.

\* مواد غذایی که به دلیل عدم تحمل بیمار از رژیم غذایی حذف شده اند می توانند بعد از مدتی به تدریج مجدداً در رژیم غذایی وارد شوند.

\* لازم به ذکر است که مصرف نوشیدنی های الکلی می تواند سبب افزایش حجم مواد دفعی و ایجاد بوی نامطلوب

در این بیماران گردد همچنین مصرف گوشت خوک نیز می تواند در ایجاد بوی نامطلوب در این بیماران موثر باشد بر

حسب شرایط بیمار ممکن است مولتی ویتامین برای این بیماران تجویز گردد.