

نکات تغذیه ای پس از عمل جراحی کولکتومی



۶- مصرف مواد غذایی زیر بدلیل اینکه مواد باقیمانده کمی از آنها بعد از عمل هضم و جذب بر جا می ماند لذا می توانند سبب کاهش حجم مواد دفعی شوند:
موز، برنج، سیب زمینی، ماکارونی، نان های سفید، ماست، پوره سیب، کره بادام زمینی

۷- نمک اضافه شده به مواد غذایی کمی بیشتر از حد طبیعی باشد.

۸- از مصرف مواد غذایی زیر پرهیز نمایید 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 گاز دار

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

۱۰- جویدن آدامس و استفاده از نی جهت نوشیدن مایعات سبب بلعیدن هوا و ایجاد نفخ می گردد.

۱۱- مواد غذایی که بدلیل عدم تحمل بیمار از رژیم غذایی حذف شده اند می توانند بعد از مدتی بتدریج مجددا 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. برحسب شرایط بیمار ممکن است مولتی ویتامین برای این بیماران تجویز گردد.

تلفن: ۰۲۱-۸۸۸۹۲۱۵۶
نماینده: ۰۲۱-۸۸۹۳۵۷۱۱
سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۳۹۹۲
ایمیل: info@piho.ir

www.piho.ir

نکات تغذیه‌ای پس از عمل جراحی کولکتومی و کولوستومی

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

- ۱- غذاها را به آهستگی میل نمایید و کاملاً بجوید. چرا که ممکن است تکه‌های نجویده غذا در محل خروج مواد دفعی از بدن گیر نمایند.
- ۲- از مصرف مواد غذایی زیر تا حد امکان پرهیز شود چرا که می‌تواند سبب انداد محل خروج مواد دفعی شوند:
هوپیچ خام، کرفس خام، پوست و دانه میوه‌ها و سبزی‌ها، قارچ، آناناس خام، نارگیل، مغزها، گوشت‌های دارای بافت محکم که جویدن آنها مشکل باشد همانند برخی از کباب برگ‌ها، ذرت بو داده (پاپ کورن)، حبوبات، میوه‌های خشک از قبیل کشمش.

- ۴- با توجه به اینکه مواد دفعی به صورت مایع از بدن دفع می‌شوند لذا مصرف مایعات باید به میزان کافی باشد تا بدن دچار کم‌آبی نشود.
- ۵- مصرف مواد غذایی زیر می‌تواند سبب افزایش حجم مواد دفعی از بدن و در نتیجه ناراحتی بیمار گردد:
حبوبات، کلم بروکلی، اسفناج، آب میوه‌ها بویژه آب آلو، قهوه، غذاهای پر ادویه، شیرین بیلن



- ۳- کلیه میوه‌ها و سبزی‌های خام بخوبی جویده شوند و تا حد امکان میوه‌ها به صورت پوره و سالادها به صورت رنده شده مصرف شوند. میوه‌ها و سبزی‌های پخته در این بیماران بهتر تحمل می‌شود.