

การปฏิบัติตัวก่อนและหลัง การผ่าตัดรักษาโรคอ้วน

การเตรียมตัวก่อนเข้ารับการผ่าตัด

- ก่อนเข้ารับการผ่าตัด ผู้ป่วยจะต้องตรวจร่างกายและส่องกล้องตรวจกระเพาะอาหาร เพื่อให้มั่นใจว่ามีสุขภาพแข็งแรงเพียงพอที่จะเข้ารับการผ่าตัด
- เข้ารับคำแนะนำด้านโภชนาการ
- เข้ารับการทดสอบสภาพจิตใจว่าพร้อมจะเข้ารับการผ่าตัดและพร้อมจะเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อสุขภาพหลังการผ่าตัดหรือไม่
- ประเมินภาวะโรคที่เป็นอยู่ เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ และโรคปอด เพื่อให้แน่ใจว่าสามารถควบคุมโรคต่างๆ เหล่านี้ และเข้ารับการผ่าตัดได้
- หากผู้ป่วยสูบบุหรี่ จะต้องหยุดสูบบุหรี่ก่อนการผ่าตัด 2-3 สัปดาห์ รวมถึงหลังการผ่าตัดด้วย เนื่องจากการสูบบุหรี่จะทำให้ผู้ป่วยฟื้นตัวช้าและเพิ่มความเสี่ยงของปัญหาต่างๆ
- แจ้งแพทย์และพยาบาลหากไม่แน่ใจว่าตั้งครรภ์หรือไม่
- หากกำลังรับประทานยา อาหารเสริม หรือสมุนไพร ควรปรึกษาแพทย์ว่าสามารถรับประทานยาชนิดใดได้บ้างและควรหยุดรับประทานยาชนิดใดก่อนการผ่าตัด
- งดน้ำและอาหารหลังเที่ยงคืนในวันที่ต้องเข้ารับการผ่าตัด หากมียาที่ต้องรับประทานตามแพทย์สั่ง ให้รับประทานยาพร้อมจิบน้ำน้อยๆ

การปฏิบัติตัวหลังการผ่าตัด

- หลังผ่าตัดผู้ป่วยจะถูกนำมาที่ห้องพักรฟื้น โดยอาจมีการใช้หน้ากากออกซิเจนเพื่อช่วยในการหายใจ ผู้ป่วยอาจยังมีความรู้สึกง่วงเหงาหลังจากรู้สึกตัวแล้ว และจะมีสายน้ำเกลือที่แขนเพื่อให้อาหารและสารน้ำทางเส้นเลือดจนกว่าผู้ป่วยจะรับประทานอาหารได้ ขณะอยู่ในห้องพักรฟื้น พยาบาลจะคอยตรวจเช็คชีพจรและวัดความดันโลหิตอย่างสม่ำเสมอ และจะย้ายผู้ป่วยไปยังห้องพักเมื่อผู้ป่วยมีอาการดีขึ้น หากผู้ป่วยรู้สึกคลื่นไส้ควรแจ้งพยาบาล

- โดยทั่วไปผู้ป่วยจะพักฟื้นในโรงพยาบาลประมาณ 3 วัน แต่ขึ้นอยู่กับความสมบูรณ์ของร่างกายของผู้ป่วยหลังการผ่าตัด หากผู้ป่วยมีอาการแทรกซ้อนหลังการผ่าตัดหรือต้องเข้ารับการผ่าตัดเพิ่มเติม อาจต้องพักรักษาตัวในโรงพยาบาลนานขึ้น
- หลังการผ่าตัดผู้ป่วยจะได้รับการควบคุมอาหารทันที ซึ่งเป็นเรื่องที่สำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง โดยจะได้รับแผนการรับประทานอาหารจากแพทย์และต้องเข้ารับคำปรึกษาจากนักโภชนาการ โดยทั่วไปแล้วควรปฏิบัติดังนี้
 - หลัง 4 สัปดาห์แรก ผู้ป่วยจะรับประทานได้แต่อาหารเหลว เช่น ซุปใส ซา กาแฟ เครื่องดื่มที่ไม่เติมน้ำตาลและไม่อัดลม น้ำผัก น้ำผลไม้ โยเกิร์ต แต่ผู้ป่วยจะต้องจำกัดปริมาณสารน้ำที่ได้รับในแต่ละครั้ง และให้รับประทานครั้งละน้อยแต่บ่อยครั้ง
 - ใน 2 สัปดาห์ถัดมา ผู้ป่วยจะได้รับการจำกัดให้รับประทานอาหารเป็นชิ้นเล็กๆ เช่น ข้าวต้ม หลังจากนั้นจะปรับเปลี่ยนเป็นอาหารปกติ แต่ควรรับประทานในปริมาณน้อยๆ เคี้ยวอาหารให้ละเอียดและนานกว่าปกติก่อนกลืน และไม่ควรดื่มน้ำพร้อมกับการรับประทานอาหาร ควรดื่มน้ำก่อนรับประทานอาหาร 15-30 นาที
- ผู้ป่วยจะได้รับรายละเอียดผลการผ่าตัดในภายหลัง และจะต้องกลับมาพบแพทย์อีกครั้งเพื่อตรวจเช็กหากจำเป็น โดยปกติแล้วแพทย์จะทำการนัดให้ผู้ป่วยกลับมาตรวจเป็นระยะๆ ไป