

طريقك نحو الشفاء

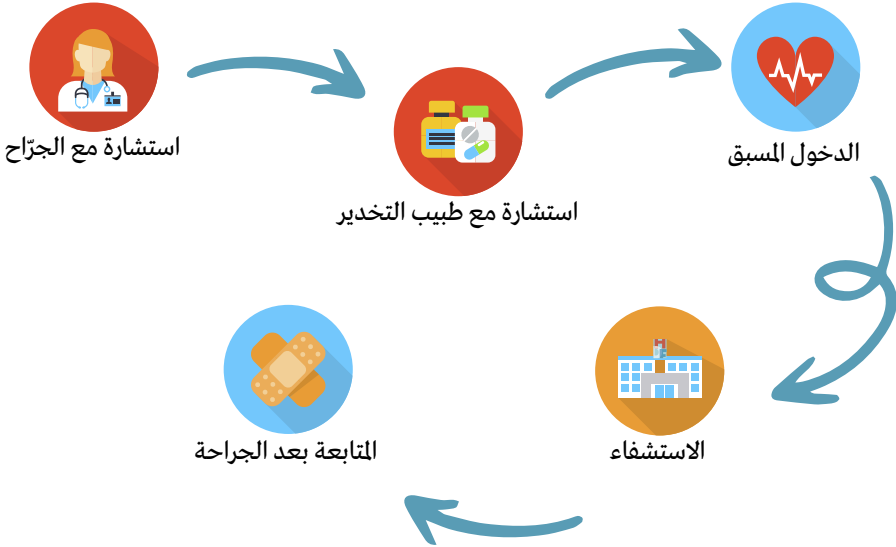
دليل لمساعدتك قبل، خلال وبعد جراحة القولون أو المستقيم.

هذا الكتيب صُمم ليكون دليلك في جميع مراحل العلاج، ويساعدك على :

- فهم خطوات العلاج بوضوح
- الاستعداد الجيد للدخول إلى المستشفى
- المشاركة الفعالة في تسريع شفائك

ننصحك بقراءته بعناية، بمشاركة مع أهلك، وبمناقشة مضمونه مع طبيبك قبل العملية.
لا تنسَ إحضاره معك يوم الدخول إلى المستشفى.

خطوات علاجك في مستشفى أوتيل ديو دو فرانس



١

مقدمة

ما هي جراحة القولون والمستقيم؟
ما هو برنامج ERAS؟
كم يدوم الاستشفاء؟
معلومات عن العملية



٢

قبل الجراحة

كيف تستعدّ جيدًا؟
استشارة طبيب التخدير
الحقن المطهر



٣

اليوم السابق للعملية

ماذا تأكل؟
تنظيف الأمعاء
المضادات الحيوية



٤

يوم الجراحة

شراب سكري قبل العملية
الأدوية
الدخول إلى المستشفى
غرفة العمليات



٥

بعد الجراحة

غرفة الإنعاش
السيطرة على الألم
الحركة بعد الجراحة
التغذية بعد الجراحة
القسطرة البولية
العودة إلى المنزل
المتابعة بعد العملية
نصائح غذائية



A hand wearing a white surgical glove is reaching down towards several surgical instruments, including forceps and a scalpel, which are laid out on a teal-colored surface. The background is blurred, showing a person in blue scrubs. A teal horizontal band is overlaid across the middle of the image, containing the word 'مقدمة' in white Arabic script.

مقدمة



ما هي جراحة القولون والمستقيم؟

القولون هو الجزء الأخير من الجهاز الهضمي، طوله حوالي 1.5 متر، ووظيفته الأساسية امتصاص الماء من البراز. يتكوّن من عدّة أجزاء:



فوائد الجراحة بالمنظار:

- ندوب صغيرة
- ألم أقل
- تعافٍ أسرع

ما هو برنامج ERAS؟

برنامج ERAS (التعافي المحسّن بعد الجراحة) هو أسلوب حديث لتسريع الشفاء وتقليل المضاعفات.

أهداف البرنامج:

- تسريع الشعور بالتحسّن
 - تقصير مدة الإقامة في المستشفى
 - تقليل خطر العودة إلى المستشفى
- مشاركتك ضرورية! نجاح البرنامج يعتمد على استعدادك والتزامك قبل وبعد العملية.

ما هي مدة إقامتك في المستشفى؟

بشكل عام:

بعد جراحة القولون: بين يومين إلى 3 أيام



بعد جراحة المستقيم: بين 4 إلى 5 أيام



غالبًا ما تكون العودة إلى المنزل ممكنة بين اليوم الثالث والرابع، إذا لم يكن هناك أنبوب تصريف أو قسطرة بولية. سيتابع الفريق الطبي تطوّرك يوميًا بعد يوم ويطلعك على المستجدات.



قبل الجراحة



قبل الجراحة - كيف تستعدّ جيدًا ؟

تحرك!

مارس المشي يوميًا لمدة 15 إلى 30 دقيقة. هذا يُحسّن قدرة جسمك على تحمّل العملية ويسرّع التعافي.



تناول طعامًا متوازنًا

اعتمد نظامًا غذائيًا صحيًا قبل العملية. في الأيام الأخيرة، ركّز على الأطعمة الغنيّة بالكربوهيدرات (كالأرز، المعكرونة، البطاطا، الخبز) لتزويد جسمك بالطاقة.



دعم غذائي إضافي

قد يصف لك الطبيب مكملات غذائية مثل Oral Impact لتقوية المناعة قبل العملية.



توقّف عن التدخين

من الأفضل التوقف قبل 3 إلى 4 أسابيع من الجراحة. ذلك يُقلّل من مشاكل التنفّس ويُسرّع الشفاء. اطلب المساعدة من أخصائي إذا لزم الأمر.



قلّل أو أوقف شرب الكحول

تجنّب الكحول على الأقل 24 ساعة قبل العملية، من المستحسن التوقف خلال الأسابيع السابقة أيضًا.



استشارة طبيب التخدير

تتمّ هذه الاستشارة عادة قبل يومين من العملية، وهي ضرورية لتقييم وضعك الصحي وتحضير التخدير.

خلال الاستشارة، يقوم الطبيب بـ:

- مراجعة تاريخك الطبي وعلاجك
- شرح نوع التخدير
- مناقشة كيفية التعامل مع أدويةك
- الإجابة على أسئلتك

إذا كنت ستخضع لتركيب فغرة (إليوستومي أو كولوستومي)، ستقابل أيضًا ممرضة متخصصة تشرح لك كيفية العناية بها.

الحمام المطهر

- لتقليل خطر الإصابة بعدوى بعد الجراحة، يجب أن تستحمّ بمحلول مطهر (مثل بيتادين) لمدة 3 أيام:
- قبل يومين من العملية
- في الليلة السابقة للعملية
- صباح يوم العملية

لا تحلق منطقة البطن أو العانة، ولا تضع أي منتج (بودرة، كريم، مكياج، طلاء أظافر) في يوم العملية.
إذا كنت تعاني من حساسية تجاه اليود، سيُعطى لك مطهر بديل يحتوي على الكلورهيكسيدين.

كيفية الاستحمام المطهر:

- ١ اغسل شعرك بالشامبو المعتاد. 
- ٢ بلّل جسمك بالكامل. 
- ٣ استخدم البيتادين بدلاً من الصابون، واتركه دقيقة واحدة. 
- ٤ نظّف السرة والمنطقة التي ستجرى فيها العملية. 
- ٥ اغسل جيّداً وجفّف نفسك بمنشفة نظيفة. 
- ٦ لا تضع مكياجاً، مجوهرات، عدسات لاصقة. اغسل أسنانك كالمعتاد. 



اليوم السابق للعملية



ماذا تأكل

تناول فطورًا خفيفًا صباحًا، ثم توقّف عن الأطعمة الصلبة لبقية اليوم.

يمكنك الاستمرار في شرب:

الماء



الشاي أو القهوة من دون حليب



العصائر من دون لب



المشروبات الرياضية



إذا كانت عمليتك في الصباح: لا تشرب شيئًا بعد منتصف الليل.
إذا كانت بعد الظهر: يمكنك الشرب حتى 6 ساعات قبل العملية (ما عدا رشفة ماء لتناول الدواء).

عدم الالتزام بهذه التعليمات قد يؤدي إلى تأجيل العملية.



التحضير المعوي والمضادات الحيوية

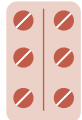
التحضير المعوي

- جراحة القولون: لا حاجة لأي تحضير خاص.
- جراحة المستقيم: يُؤخذ ملين قبل 48 ساعة (يُوصف من قبل الجراح).



المضادات الحيوية

يجب تناول ميترونيدازول 500 ملغ ثلاث مرات خلال اليوم السابق للجراحة لتقليل خطر العدوى.





يوم الجراحة





مشروب الكربوهيدرات قبل الجراحة

شراب خاص غني بالسكريات يُعطى قبل الجراحة للحفاظ على الطاقة:

- يطلب البدء بشرب زجاجتان، تبدأ قبل 4 ساعات من العملية.
- يجب الانتهاء منهما قبل ساعتين على الأقل من الجراحة.

إذا كنت مصابًا بالسكري، لا تناول هذا الشراب من دون موافقة طبيّة.
تناول فقط الأدوية المسموح بها من قبل طبيب التخدير.



يوم العملية: الوصول إلى المستشفى

لا تنس إحضار:

- بطاقة الهوية
- بطاقة التأمين
- نتائج التحاليل
- بطاقة فصيلة الدم
- أدويةك الخاصة

توجّه أولاً إلى مكتب الدخول ثم إلى غرفتك مباشرة.

بعد الجراحة





في غرفة ما قبل العمليات، يتم مراقبة العلامات الحيويّة وتركيب السيروم وإعطاء أدوية لتخفيف الألم والغثبان

في غرفة العمليات:

- تُجرى عملية التخدير الكامل

- قد يتم تركيب قسطرة بولية (تُزال بعد الاستيقاظ أو خلال الأيام التالية حسب الحالة)

النظام الغذائي قليل الألياف

ممنوع: الخضار، البقوليات، الفاكهة، الحبوب الكاملة، العصائر غير المصفاة، السكاكر الخاصة بالرجيم.

مسموح: اللحوم، مشتقات الحليب، البطاطا، الأرز الأبيض، الخبز الأبيض، الأطعمة المقلية، المشروبات الشفافة، الصلصات المصفاة.

غرفة الإنعاش

تبقى تحت المراقبة لحوالي ساعتين.

يُراقب ضغط الدم، التنفس، الحرارة، الألم، والجرح.

السيطرة على الألم

من الطبيعي أن تشعر بالألم بعد الجراحة، لكن الفريق الطبي سيعمل على تخفيفه قدر الإمكان. لا تتردد في التعبير عن أي ألم تشعر به.

استئناف النشاط الجسدي

بعد الاستيقاظ، ابدأ بتحريك قدميك وساقيك. خلال 3 إلى 6 ساعات: اجلس على حافة السرير أو على كرسي. في اليوم التالي: امش عدة مرات في الممر. يتم إعطاؤك مضاد تخثر (Lovenox) للوقاية من الجلطات. ستسلم جهاز تنفّس لاستخدامه بانتظام.

استئناف التغذية

تبدأ بالشرب ثم تناول الطعام تدريجياً حسب توجيهات الفريق الطبي. نصيحة: مضغ العلكة لمدة 30 دقيقة، 3 مرات يوميًا، يساعد على تنشيط حركة الأمعاء.

القسطرة البولية

قد تُزال في نفس اليوم أو تبقى حتى 72 ساعة حسب نوع الجراحة. من الطبيعي تأخر التبوّل بعد إزالة القسطرة.

الخروج من المستشفى

يمكنك العودة إلى المنزل عندما تكون قادراً على:

- السيطرة على الألم عبر أقراص الدواء
- تناول طعام طري
- إخراج غازات أو براز

قبل الخروج، تحصل على:

- وصفة طبيّة
- نظام غذائي (قليل الألياف)
- موعد للمتابعة (بعد 7 إلى 10 أيام)
- تعليمات للعناية بالجرح

يوجد خدمة نقل متوفرة عند الحاجة. اتصل على 01 604 000، مقسم 7799 (من الاثنين إلى الجمعة، من 7 صباحاً حتى 7 مساءً).

المتابعة بعد العملية - متى يجب مراجعة الطبيب
تواصل مع طبيبك فوراً أو توجّه إلى الطوارئ في حال وجود:

نزيف مستمرّ



ألم بطني شديد



تسارع في دقات القلب



حرارة فوق 38 درجة مئوية



احمرار أو إفرازات من الجرح



ضيق في التنفس



تقيؤ



رأئكم يهمنّا

إنّ أي ملاحظة أو فكرة أو اقتراح يتم وضعه في صندوق الاقتراحات أو إرساله عبر البريد الإلكتروني المدوّن في أسفل الصفحة، يُحال مباشرة إلى إدارة الجودة وسلامة المرضى، وذلك لضمان متابعة مؤسسية دقيقة والحرص على التحسين المستمر لجودة رعاية المرضى.

لا تردّدوا في ترك رقم هاتفكم أو عنوان بريدكم الإلكتروني إذا رغبتم في أن يتم إبلاغكم بنتيجة المتابعة.

نحن دائماً في خدمتكم، ونأمل أن نطلّ على قدر ثقتكم.

البريد الإلكتروني: quality@hdf.usj.edu.lb

امسح لتعبئة استبيان رضا المرضى



أرقام مهمّة

مستشفى أوتيل ديو دو فرانس: +961 1 604 000

العلاج الفيزيائي: مقسم 8381

الطوارئ: مقسم 8500

ممرضة متخصصة في العناية بالفتحة الجراحية (stomie): مقسم 2750

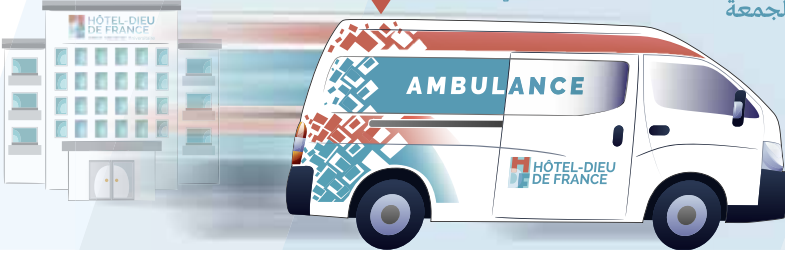
نتمنى لك الشفاء العاجل والصحة الدائمة.
معاً، نجعل من هذه الجراحة قصة نجاح.

انطلقت في أوتيل ديو دو فرانس
خدمة استشفاء جديدة !

تعرفوا على خدمة الإسعاف للحالات الغير طارئة
المصممة خصيصاً لتوفير النقل الخاص للمرضى

لمزيد من المعلومات، يرجى الاتصال
بين الساعة 7:00 صباحاً حتى 7:00 مساءً
من يوم الإثنين إلى يوم الجمعة

01 - 604 000
مقسم 7799



HDF À DOMICILE

راحتكم أولويتنا



لرعاية متكاملة للمرضى في راحة منازلهم
من خلال ثلاث وحدات متخصصة :

① وحدة الرعاية التلطيفية.

② وحدة رعاية الراحة.

③ وحدة الرعاية التنفسية.

☎ 01-604 000، مقسم 7799 من الساعة 8:00 صباحاً حتى 4:00 بعد الظهر

✉ hdfadomicile@hdf.usj.edu.lb

📞 عبر واتساب: 988 161 79

استفيدوا من واتساب
لتسهيل دخولكم إلى المستشفى

عبر الرسائل فقط

من الاثنين إلى الجمعة، بين الساعة 8:00 صباحاً و4:00 بعد الظهر

76 429 479 مكتب الدخول

81 147 400 الفحوصات الخارجية