

## طريقك نحو الشفاء

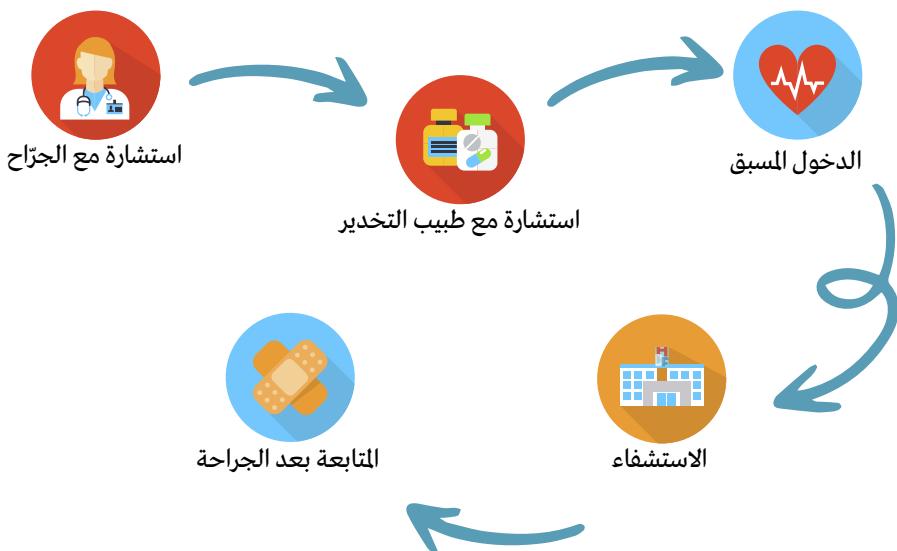
دليل لمساعدتك قبل، خلال وبعد جراحة القولون أو المستقيم.

هذا الكتيب صمم 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، بمشاركةه مع أهلك، وبمناقشته مضمونه مع طبيبك قبل العملية.  
لا تنسَ إحضاره معك يوم الدخول إلى المستشفى.

### خطوات علاجك في مستشفى أوتيل ديو دو فرانس



## مقدمة

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



١

## قبل الجراحة

كيف تستعدّ جيداً؟  
استشارة طبيب التخدير  
الحقام المطهر



٢

## اليوم السابق للعملية

ماذا تأكل؟  
تنظيف الأمعاء  
المضادات الحيوية



٣

## يوم الجراحة

شراب سكري قبل العملية  
الأدوية  
الدخول إلى المستشفى  
غرفة العمليات



٤

## بعد الجراحة

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



٥

# مقدمة

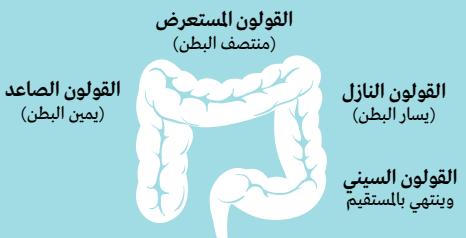




## مقدمة

### ما هي جراحة القولون المستقيم؟

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



في عملية استئصال القولون، يتم إزالة الجزء المصاب وربط الأجزاء السليمة ببعضها. هذا الرابط يُعرف «المفاغرة». معظم هذه العمليات تُجرى باستخدام المنظار (العملية التناظيرية).

**فوائد الجراحة بالمنظار:**

- ندوب صغيرة
- ألم أقل
- تعافي أسرع

### ما هو برنامج ERAS؟

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

**أهداف البرنامج:**

- تسريع الشعور بالتحسن
- 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 المستقيم: بين 4 إلى 5 أيام

بعد جراحة المستقيم: بين 4 إلى 5 أيام

غالباً ما تكون العودة إلى المنزل ممكنة بين اليوم الثالث والرابع، إذا لم يكن هناك أنبوب تصريف أو قسطرة بولية. سُيتابع الفريق الطبي تطوريك يوماً بعد يوم ويُطلعك على المستجدات.

A surgeon's gloved hands are shown in the foreground, holding a surgical instrument. The background is blurred, showing bright surgical lights.

قبل الجراحة



## قبل الجراحة - كيف تستعدّ جيداً؟

### تحرك!

مارس المشي يومياً لمدة 15 إلى 30 دقيقة. هذا يحسن قدرة جسمك على تحمل العملية ويسرع التعافي.



### تناول طعاماً متوازناً

اعتمد نظاماً غذائياً صحيّاً قبل العملية. في الأيام الأخيرة، ركّز على الأطعمة الغنية بالكريوهيدرات (اللأنرز، المعكرونة، البطاطا، الخبز) لتزويد جسمك بالطاقة.



### دعم غذائي إضافي

قد يصف لك الطبيب مكمّلات غذائية مثل Oral Impact لقوية المناعة قبل العملية.



### توقف عن التدخين

من الأفضل التوقف قبل 3 إلى 4 أسابيع من الجراحة. ذلك يقلّل من مشاكل التنفس ويسرع الشفاء. اطلب المساعدة من أخصائي إذا لزم الأمر.



### فقل أو أوقف شرب الكحول

تحبّب الكحول على الأقل 24 ساعة قبل العملية، من المستحسن التوقف خلال الأسابيع السابقة أيضاً.



## استشارة طبيب التخدير

تتم هذه الاستشارة عادة قبل يومين من العملية، وهي ضرورية لتقدير وضعك الصحي وتحضير التخدير.

خلال الاستشارة، يقوم الطبيب بـ:

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

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

## الحمام المطهر

- لتقليل خطر الإصابة بعدوى بعد الجراحة، يجب أن تستحم بمحلول مطهر (مثل بيتدرين) 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، سيعطي لك مطهر بديل يحتوي على الكلورهيكسيدين.

### كيفية الاستحمام المطهر:

- ١ اغسل شعرك بالشامبو المعتمد.
- ٢ بلّ جسمك بالكامل.
- ٣ استخدم البيتادين بدلاً من الصابون، واتركه دقيقة واحدة.
- ٤ نظف السرّة والمنطقة التي سُجّرى فيها العملية.
- ٥ اغسل جيّداً وجفّف نفسك بمنشفة نظيفة.
- ٦ لا تضع مكياجاً، مجوهرات، عدسات لاصقة. اغسل أسنانك كالمعتاد.

اليوم السابق للعملية



## اليوم السابق للعملية

### ماذا تأكل

تناول فطوراً خفيفاً صباحاً، ثم توقف عن الأطعمة الصلبة لبقية اليوم.

يمكنك الاستمرار في شرب:



إذا كانت عمليتك في الصباح: لا تشرب شيئاً 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: يؤخذ ملين قبل 48 ساعة (يوصى من قبل الجراح).



#### المضادات الحيوية

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





يُوم الجراحَة





## مشروب الكربوهيدرات قبل الجراحة

شراب خاص غني بالسكريات يُعطى قبل الجراحة للحفاظ على الطاقة:

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

إذا كنت مصاباً بالسكري، لا تتناول هذا الشراب من دون موافقة طبية.

تناول فقط الأدوية المسموح بها من قبل طبيب التخدير.



## يوم العملية: الوصول إلى المستشفى

لا تنسِ إحضار:

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

توجه أولاً إلى مكتب الدخول ثم إلى غرفتك مباشرة.



بعد الجراحة



## ٥ بعد الجراحة

في غرفة ما قبل العمليات، يتم مراقبة العلامات الحيوية وتركيب السيروم وإعطاء أدوية لتخفييف الألم والغثيان

- 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

تبقي تحت المراقبة لحوالي ساعتين.  
يراقب ضغط الدم، التنفس، الحرارة، الألم، والجرح.

### السيطرة على الألم

من الطبيعي أن تشعر بالألم بعد الجراحة، لكن الفريق الطبي سيعمل على تخفييفه 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: امشِ عدة مرات في الممر. يتم إعطاؤك مضاد تختّر (Lovenox) للوقاية من الجلطات. سُتُسلم جهاز تنفس لاستخدامه بانتظام.

### استئناف التغذية

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

### القسطرة البولية

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

## الخروج من المستشفى

يمكنك العودة إلى المنزل عندما تكون قادرًا على:

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

قبل الخروج، تحصل على:

- وصفة طيبة
- 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 توجه إلى الطوارئ في حال وجود:

نزيف مستمرٌ



ألم بطني شديد



تسارع في دقات القلب



حرارة فوق 38 درجة مئوية



احمرار أو إفرازات من الجرح



ضيق في التنفس



تقيؤ



## رأيكم يهمّنا

إن أي ملاحظة أو فكرة أو اقتراح يتم وضعه في صندوق الاقتراحات أو إرساله عبر البريد الإلكتروني المدون في أسفل الصفحة، يحال مباشرةً إلى إدارة الجودة وسلامة المرضي، وذلك لضمان متابعة مؤسسية دقيقة والحرص على التحسين المستمر لجودة رعاية المرضى.

لا تترددوا في ترك رقم هاتفكم أو عنوان بريدكم الإلكتروني إذا رغبتم في أن يتم إبلاغكم بنتيجة المتابعة.  
نحن دائمًا في خدمتكم، ونأمل أن نظل على قدر ثقتكم.

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

## امسح لتعبئة استبيان رضا المرضى



## أرقام مهمة

مستشفى أوتيل ديو دو فرانس: +961 1 604 000

العلاج الفيزيائي: قسم 8381

الطوارئ: قسم 8500

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



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

انطلقت في أوتيل ديو دو فرنس

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



## HDF À DOMICILE

راحتكم أولويتنا



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

① وحدة الرعاية التلطيفية.

② وحدة رعاية الراحة.

③ وحدة الرعاية التنفسية.

٠٠٥٦٠٤٧٩٧٩ من الساعة ٨:٠٠ صباحاً حتى ٤:٠٠ بعد الظهر

hdfadomicile@hdf.usj.edu.lb

٧٩١٦١٩٨٨ عبر واتساب

استفيدوا من واتساب  
لتسهيل دخولكم إلى المستشفى

عبر الرسائل فقط

من الاثنين إلى الجمعة، بين الساعة ٨:٠٠ صباحاً و٤:٠٠ بعد الظهر

٧٦٤٢٩٤٧٩  
مكتب الدخول

٨١١٤٧٤٠٠  
الفحوصات الخارجية

