



ΠΡΟΕΓΧΕΙΡΗΤΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΑΝΩΤΕΡΟΥ ΓΑΣΤΡΕΝΤΕΡΙΚΟΥ ΚΑΙ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ

Σκοπός της δίαιτας:

- Η δίαιτα χρησιμοποιείται αποκλειστικά και μόνο για μείωση του όγκου του ήπατος ως προετοιμασία για χειρουργική επέμβαση
- Κατά τη διάρκεια Λαπαροσκοπικών Επεμβάσεων του Ανώτερου Γαστρεντερικού και παχυσαρκίας, το ήπαρ βρίσκεται κοντά στο σημείο της επέμβασης, και απωθείται για να αποκτήσουμε πρόσβαση ώστε να διενεργηθεί το χειρουργείο με ασφάλεια
- Αν το ήπαρ είναι λιπαρό άκαμπτο και βαρύ, η προσπέλαση στο στομάχι γίνεται πιο δύσκολη, με αποτέλεσμα είτε μικροτραυματισμούς και αιμορραγίες, ή μετατροπή της επέμβασης σε 'ανοιχτή', με μεγάλη τομή.
- Για να μειώσουμε τον όγκο του ήπατος, είναι απαραίτητη διατροφή χαμηλή σε υδατάνθρακες και λίπη, με μέτρια ποσότητα πρωτεϊνών.
- Η ζάχαρη και οι τροφές με άμυλο όπως ψωμί, ρύζι, ζυμαρικά, δημητριακά και πατάτες, περιέχουν πολλούς υδατάνθρακες και πρέπει να αποφεύγονται κατά τη διάρκεια της προετοιμασίας.
- Η δίαιτα προκαλεί μικρή απώλεια βάρους, αλλά κυρίως μειώνει τον όγκο του συκωτιού κάνοντας την επέμβαση πιο ασφαλή
- Η δίαιτα πρέπει να ακολουθείται για 2 εβδομάδες πριν την ημερομηνία του χειρουργείου ώστε να έχει το μέγιστο αποτέλεσμα. Ακόμα και μικρές αποκλίσεις μπορεί να οδηγήσουν σε αποτυχημένο αποτέλεσμα.

Επιλογές δίαιτας:

Επιλογή 1, μπορεί να εφαρμοστεί σε όλους ανεξαρτήτως ηλικίας

Κάθε μέρα πρέπει να παίρνουμε:

- 1200ml ή 6 ποτήρια γάλα
- Ζελέ χωρίς ζάχαρη
- Απεριόριστο νερό, καφέ, τσάι, χυμούς χωρίς ζάχαρη. Το γάλα στον καφέ ή το τσάι να συνυπολογίζεται στα 6 ποτήρια ημερήσια.
- Ένα γεύμα την ημέρα από τις παρακάτω επιλογές
 - 75 γραμμάρια κοτόπουλο χωρίς πέτσα στο φούρνο ή στο γκριλ, με πράσινη σαλάτα ή πράσινα λαχανικά (συμπεριλαμβάνει μαρούλι, ντομάτα, κρεμμύδι, πιπεριά, αγγούρι αλλά όχι πατάτες)
 - 120 γραμμάρια λευκό ψάρι στο φούρνο ή στο γκριλ, με πράσινη σαλάτα ή πράσινα λαχανικά (συμπεριλαμβάνει μαρούλι, ντομάτα, κρεμμύδι, πιπεριά, αγγούρι αλλά όχι πατάτες)

Ή



Δρ. ΜΙΧΑΗΛ Σ. ΚΟΥΡΚΟΥΛΟΣ MSc FRCS

Λαπαροσκόπος Χειρουργός
Γαστρεντερικού και Παχυσαρκίας
Master of Science Ελάχιστα Επεμβατικής
και Ρομποτικής Χειρουργικής
Fellow of the Royal College
of Surgeons of England

- Επίσης κάθε μέρα πρέπει να λαμβάνεται συμπλήρωμα βιταμινών με ιχνοστοιχεία και ηλεκτρολύτες.

Επιλογή 2, για νέα υγιή άτομα

Κάθε μέρα πρέπει να παίρνουμε:

- 1800ml ή 9 ποτήρια γάλα
- Ζελέ χωρίς ζάχαρη
- Απεριόριστο νερό, καφέ, τσάι, χυμούς χωρίς ζάχαρη. Το γάλα στον καφέ ή το τσάι να συνυπολογίζεται στα 6 ποτήρια ημερήσια.
- Επίσης κάθε μέρα πρέπει να λαμβάνεται συμπλήρωμα βιταμινών με ιχνοστοιχεία και ηλεκτρολύτες.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Η δίαιτα αυτή δεν είναι προαιρετική, και σκοπεύει αποκλειστικά και μόνο στην προεγχειρητική προετοιμασία. Δεν πρέπει να ακολουθείται μετά το χειρουργείο, ούτε από άλλα άτομα.