



ІННОМЕД
ЦЕНТР ЕНДОХІРУРГІЇ

**РЕКОМЕНДАЦІЇ ПІСЛЯ
БАРІАТРІЇ**

РЕКОМЕНДАЦІЇ ПІСЛЯ БАРІАТРІЇ



Чи можна пити алкоголь після операції?

Алкоголь не рекомендується після баріатричної операції. Він містить багато калорій і мало поживних речовин. Всмоктування алкоголю відбувається значно швидше у пацієнтів після шунтуючих операцій. Але якщо уникнути застілля не вдається, віддавайте перевагу міцним напоям, а не пиву чи шампанським винам.

РЕКОМЕНДАЦІЇ ПІСЛЯ **БАРІАТРІЇ**



Як тютюнопаління впливає на баріатричні операції?

Від куріння слід відмовитись за 3 місяці до операції поздовжньої резекції шлунку і за 1 рік до шунтуючих операцій. Це допоможе запобігти розвитку ускладнень з боку легенів, кровообігу, серцевої і травної систем.

РЕКОМЕНДАЦІ ПІСЛЯ **БАРІАТРІЇ**



Коли я можу давати фізичні навантаження?

Фізична активність має бути регулярною і з поступовим збільшенням навантаження. Через 5 днів можна починати прогулянки на свіжому повітрі по 30 хвилин, а далі – збільшуйте час на 1 год щодня. Відвідування тренажерного залу можливе з другого місяця, але тільки з навченим фітнес-тренером. Основне правило – не дати відразу велике фізичне навантаження на організм, який перебуває в стані катаболізму, і не спричинити тим самим погіршення загального самопочуття.

РЕКОМЕНДАЦІЇ ПІСЛЯ **БАРІАТРІЇ**



Коли я можу вийти на роботу?

Якщо у вас сидяча робота офісного працівника, то розпочати можна з 4-5 дня після операції, а якщо робота пов'язана з фізичним навантаженням – тоді не раніше, ніж через 30 днів.

РЕКОМЕНДАЦІЇ ПІСЛЯ **БАРИАТРІЇ**



Коли можна сідати за кермо?

Сісти за кермо можна буде тоді, коли припинете приймати знеболюючі препарати і зможете гуляти на вулиці не менше 30 хвилин.

РЕКОМЕНДАЦІЇ ПІСЛЯ **БАРІАТРІЇ**



Коли можна планувати вагітність після операції?

Зазвичай через 18 місяців після бариатричної операції. Процес схуднення впливає на рівень вітамінів, мінералів і поживних речовин. Таким чином, вагітність до 18 місяців може нашкодити плоду.

РЕКОМЕНДАЦІ ПІСЛЯ **БАРІАТРІЇ**



Як операція впливає на прийом медикаментів?

Як тільки вага почне зменшуватись, рівень глюкози в крові знизиться, поліпшиться ліпідограма, знизиться артеріальний тиск, що, в свою чергу, приведе до перегляду дозування препаратів, які призначались до операції. Потреба у деяких ліках взагалі відпаде.

РЕКОМЕНДАЦІ ПІСЛЯ **БАРІАТРІЇ**



Чи можна повторно набрати вагу після бариатричної операції?

Так, це можливо. За статистикою, через 5 років близько 25-30% пацієнтів після операції можуть набрати вагу. Причина: розтягнення частини шлунку, що залишилась після резекції шлунку, компенсаторне збільшення відвідної петлі після шунтуючої операції, куріння, невиконання післяопераційних рекомендацій щодо харчування і фізичних навантажень.