

Kontakt:

📍 Krajská nemocnice T. Bati, a. s.
Havlíčkovo nábřeží 600, 762 75 Zlín
☎ Tel.: (+420) 577 551 111
✉ bnzlin@bnzlin.cz
🌐 www.kntb.cz

**INFORMACE
PRO PACIENTY**

ODDĚLENÍ NUTRIČNÍ TERAPIE (42. budova, 1. patro)

Tel.: (+420) 577 552 696, (+420) 577 552 493
volejte prosím v pracovní dny v době od 7.00 do 14.00 hod.
E-mail: nutricniterapeutky@bnzlin.cz

ZPRACOVALA:

Ing. Bc. Lenka Kostková

EDUKAČNÍ MATERIÁL:

01-EM-NUTRIC-2020-005 / Verze č. 1



Operace spouští v organismu stresovou reakci, která vede k uvolnění stresových hormonů, zánětlivých mediátorů a k poklesu funkce imunitního systému. Pokud má pacient v době operace snížené zásoby bílkovin, energie, vitaminů a minerálních látek, čemuž předcházelo hubnutí a snížený příjem stravy, značně se zvyšuje riziko vzniku pooperačních komplikací např. infekce, zhoršení hojení operační rány, prodloužení doby pobytu v nemocnici a rekonvalescence, vzniku proleženin.

Příprava před operací spočívá ve vytvoření energetických zásob, které následně slouží k pooperačnímu hojení v přechodné době, kdy není možné přijímat dostatek energie a živin. Cílem nutriční podpory je minimalizace vzniku komplikací, zajištění optimálního množství energie a živin, brzký návrat do běžného života, zkrácení délky hospitalizace a zlepšení kvality života pacienta.

Před plánovanou operací se doporučuje jíst plnohodnotnou stravu s dostatečným příjmem živin (především bílkovin). Pokud Vám to zdravotní stav a okolnosti umožňují, jezte následující potraviny bohaté na bílkoviny: libové maso, ryby, vejce, mléčné výrobky (především sýr, tvaroh nebo tvarohové pomazánky, jogurt řeckého typu nebo skyr). Soustřeďte se také na potraviny s vyšším obsahem tuku - pečivo mažte silnější vrstvou másla, smetanu přidávejte do hotových pokrmů, preferujte mléčné výrobky s vyšším obsahem tuku. Pokud se již delší dobu potýkáte se zdravotními problémy, které vedou ke sníženému příjmu stravy při nechutenství a nechťnému váhovému úbytku, upozorněte na to lékaře a informujte se o možnosti konzultace v naší nutriční ambulanci či poradně.

Pokud podstupujete velký operační výkon, bez ohledu na výživový stav vašeho organismu, obecně se doporučuje užívat přípravky imunomodulačního sippingu min. 2 lahvičky po dobu pěti dnů (např. Forticare, Supportan, Prosure) nebo doplněk stravy s rybím tukem.

Pokud je to možné, udržujte si váš obvyklý pohybový režim až do operace. Pravidelná fyzická aktivita vede ke tvorbě a udržení svalů a tím i bílkovin, které pak organismus využije po operaci.

Omezte konzumaci alkoholu a kouření. Nadměrná konzumace alkoholu neblaze ovlivňuje fungování jater a jejich schopnost produkce bílkovin, které jsou klíčovými pro funkci imunitního

systému a v hojení operační rány. Kouření může způsobit riziko vzniku komplikace při samotné anestezii a prodloužit nebo zkomplikovat hojení operační rány. Kuřák by měl přestat kouřit optimálně 3 - 4 týdny před plánovanou operací. Význam odvykání se ztrácí, pokud je operace plánována v řádu několika dnů. Čím je delší doba abstinence, tím je menší výskyt pooperačních komplikací. Pokud máte zájem o odbornou pomoc při odvykání kouření, informujte se u lékaře o možnosti konzultace v naší poradně pro odvykání kouření.

Příprava na operaci se liší podle toho, zda je nezbytné úplné vyprázdnění střeva pomocí tekuté diety a projímadel nebo nikoli.

- ▶ Příprava střeva probíhá celý den před operací. Nejezte 36 hodin před operací. Od půlnoci se nepřijímá tuhá strava (např. při termínu operace ve čtvrtek již od půlnoci z úterý na středu). Ráno po probuzení se přijímají pouze tekutiny, bez jakýchkoliv zbytků. Dostatek tekutin je velmi důležitý pro dobrou snášenlivost projímadel, která se aplikují den před operací odpoledne. Cílem této přípravy je zcela vyčistit střevo od stolice i jejich zbytků. Snažte se pít dostatek tekutin zejména večer po použití projímadel, aby se předešlo dehydrataci organismu.
- ▶ Pokud není příprava střeva nutná, platí zákaz tuhé stravy až od půlnoci před operací. Čiré tekutiny a izotonické sacharidové roztoky můžete pít ještě dvě hodiny před operací. Vhodným izotonickým sacharidovým roztokem je přípravek Preop - doporučuje se užít večer před operací 2 - 4 lahvičky a 1 - 2 lahvičky ráno před zákrokem, nejpozději však 2 hodiny před operací.