



آیا جراحی کاهش وزن در هر فردی با چاقی مناسب است؟

جراحی کاهش وزن

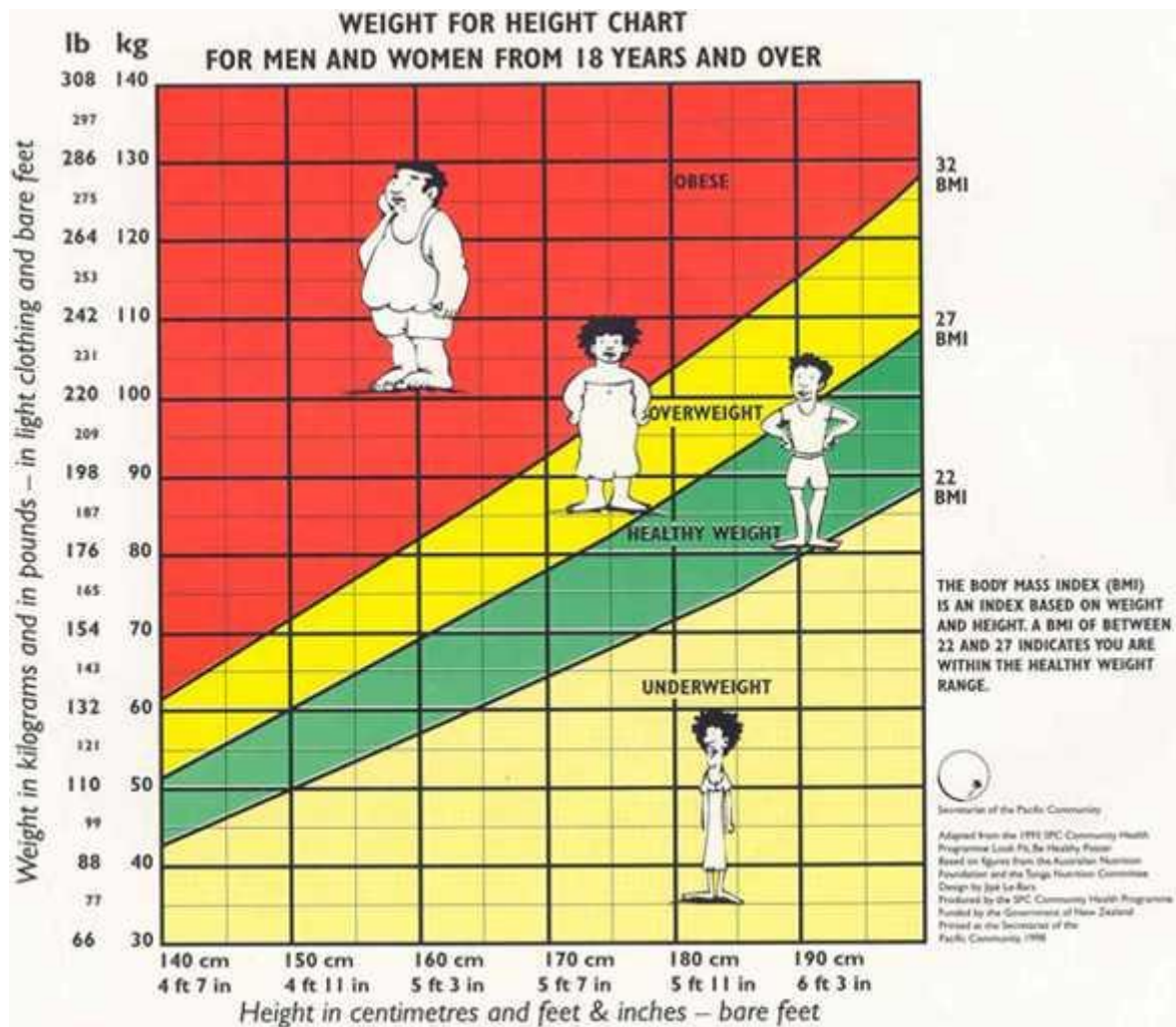
عمل جراحی به منظور کاهش وزن چیست؟

به عمل جراحی انجام شده به منظور کاهش وزن، اغلب جراحی باری اتریکی می گویند. این عمل با دریافت کمتر کالری و مواد غذایی به کاهش وزن کمک می کند.

چه کسی می تواند کاندید عمل جراحی برای کاهش بشود؟

پزشکان از معیار شاخص توده بدنی یا "بی ام آی" برای تصمیم گیری درباره انتخاب فرد مناسب جهت انجام این جراحی استفاده می کنند.

این شاخص درباره تناسب وزن با قد افراد توضیح میدهد.



عمل جراحی برای کاهش وزن فقط برای افرادی مناسب است که نتوانند از روشهای دیگر برای کاهش وزن استفاده کنند و دارای شرایط زیر باشند:

- شما بی ام آی بالای ۴۰ داشته باشید و بدن شما به رژیم غذایی، ورزش یا داروهای لاغری جواب ندهد.
- شما بی ام آی بالای ۳۵ همراه با مشکل پزشکی مرتبط با چاقی داشته باشید مثل دیابت، مشکلات قلبی و فشار خون بالا.
- شما بی ام آی بالای ۳۰ با برخی شرایط خاص پزشکی داشته باشید.

آیا روش های مختلف عمل جراحی به منظور کاهش وزن وجود دارد؟

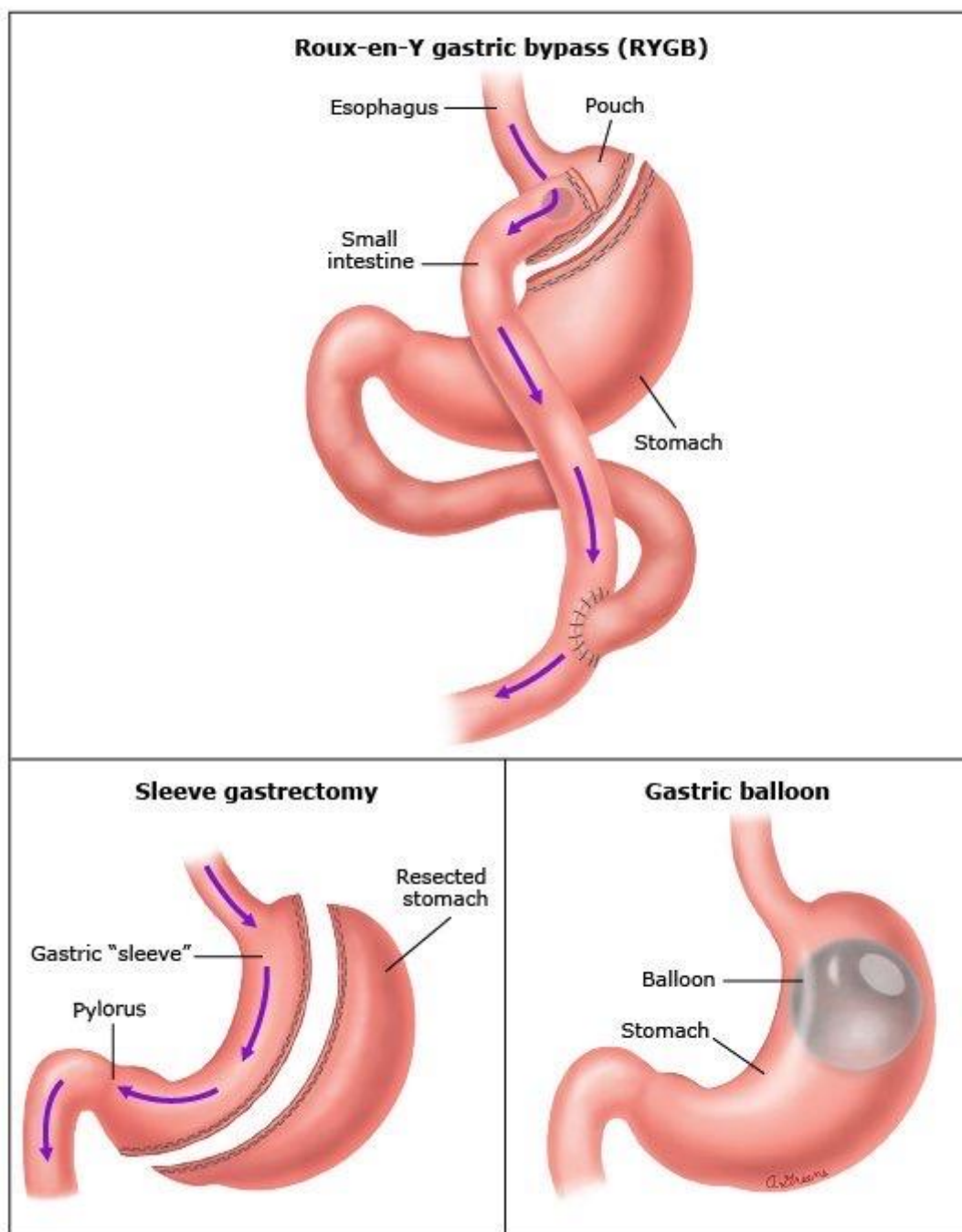
بله، روش های مختلفی برای این جراحی وجود دارد که شایع ترین آنها عبارتند از:

- جراحی بایپس معده: جراحی بایپس معده که به اختصار به آن "آر وای جی بی" میگویند. در این عمل، جراح بخشی از معده را میندود و فقط به اندازه یک فضای کوچک از آن باقی میگذارد. سپس این بخش کوچک معده را به وسط روده کوچک متصل میکند که باعث کوتاه شدن مسیر جذب غذا در روده کوچک میشود.

روش های جراحی دیگری شبیه به این جراحی به منظور کاهش وزن وجود دارند که عبارتند از:

- گاسترکتومی اسلیو: در این روش جراحی، معده به چیزی شبیه به آستین تبدیل می شود، یعنی با برداشتن بخش بزرگی از معده، آن را به یک لوله باریک تبدیل میکنند.

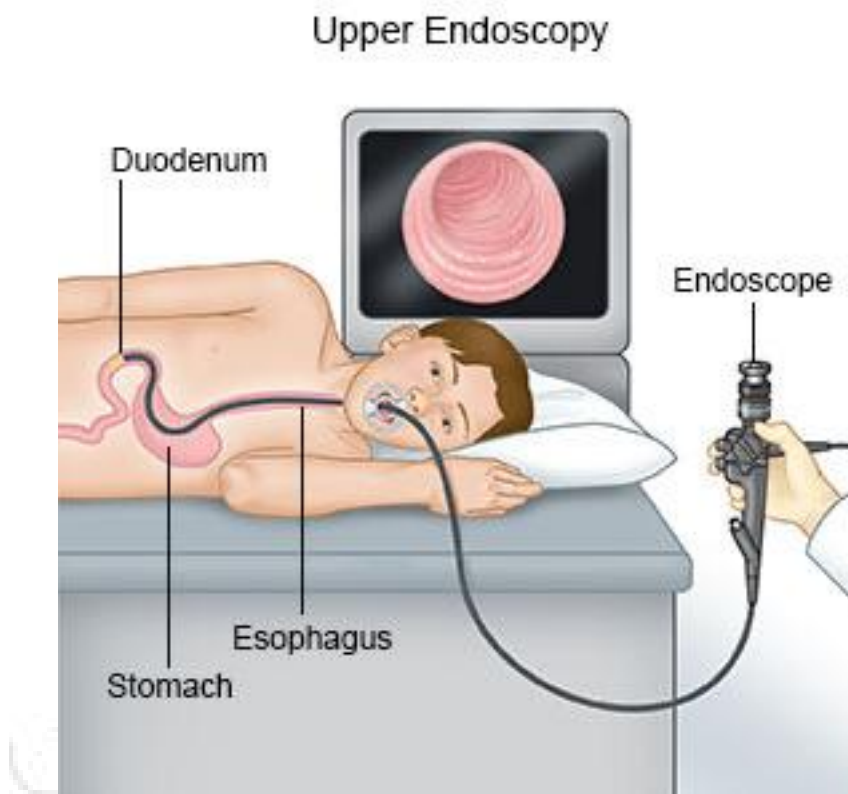
- بالون معده: در این روش پزشک یک بالن مخصوص را از طریق وسیله ای به نام اندوسکوپ، داخل معده قرار می دهد. این بالن به مدت شش ماه در معده باقی می ماند و با اشغال بخش عمده ای از داخل معده، فضای کمتری برای غذا باقی میگذارد، در نتیجه باعث محدود شدن مقدار غذایی میشود که فرد در هر وعده غذایی میتواند بخورد.



جراحی چگونه انجام می شود؟

اعمال جراحی بای پس معده و گاسترکتومی اسلیو می تواند به دو روش جراحی باز یا لاپاروسکوپیک انجام شود. در عمل باز، جراح شکم را باز کرده و مستقیم روی احشا کار می کند. در عمل لاپاروسکوپیک، جراح با ایجاد یک برش کوچک در سطح شکم، یک وسیله لوله ای باریک مجهز به دوربین را به داخل شکم وارد می کند. در ادامه با کنترل گرهایی در خارج از بدن، اقدامات لازم با کمک این وسیله در داخل شکم توسط جراح انجام خواهد شد.

تعبیه بالن معده در واقع یک عمل جراحی نیست زیرا بدون برش پوست و از طریق اندوسکوپی بالن داخل معده قرار میگیرد.



چگونه روش های مختلف را می توان با هم مقایسه کرد؟

اعمال جراحی کاهش وزن متفاوت هستند و هر کدام مزایا و معایب خودشان را دارند.

- عمل بای پس معده باعث بیشترین کاهش وزن و در مدت زمان کوتاه میشود، اما این عمل جراحی سنگین و با خطرات زیاد است. همچنین این جراحی میتواند باعث ایجاد مشکلاتی در جذب مواد مغذی حیاتی و در نتیجه بروز سوء تغذیه بشود. بنابراین به دنبال این نوع جراحی، پزشک شما باید بطور مکرر سطح این ریزمغذیها را در بدن شما را اندازه گیری کند.
- گاسترکتومی اسلیو کم خطر تر از عمل بای پس معده است، زیرا با بریدن و وصل کردن دوباره معده به روده همراه نیست و احتمال مشکلات جذب غذا در شما نسبت به بای پس معده کمتر است.
- بالن معده به عنوان شایع ترین فرایند برای کاهش وزن بین مردم شناخته میشود. زیرا این روش بی خطر است و به آسانی و بدون برش انجام میشود. البته در این روش نسبت به روشهای قبلی کاهش وزن کمتری ایجاد میشود و بعد از برداشتن بالن، احتمال برگشت به وزن قبلی در بعضی از افراد وجود دارد.

چگونه بفهمیم چه نوع عملی برای ما مناسب تر است؟

تصمیم درباره این که چه نوع عملی را به منظور کاهش وزن انجام دهیم، بسیار مهم است و باید با پزشک خود در این مورد مشورت کنید.

اگر شما گزینه های مختلفی دارید، این سوالات را از پزشک پرسید:

- با هر روش جراحی چقدر کاهش وزن مورد انتظار است؟
- با هر روش جراحی در چه مدت زمانی وزن کاهش می یابد؟
- با هر روش جراحی چه خطراتی برای من وجود دارد؟

- با هر روش جراحی من چه تغییراتی باید در سبک زندگی خودم ایجاد کنم؟

وقتی شما تصمیم گرفتید، مطمئن شوید که اولاً پزشک شما در زمینه این جراحی تجربه خوبی دارد و ثانياً مرکز مربوطه از نظر پرسنل و تجهیزات برای انجام عمل جراحی کاهش وزن مورد تایید سیستم درمان کشور است. اگر شما شکی درباره تصمیم به جراحی یا روش و محل انجام آن دارید، بهتر است ابتدا با سایر پزشکان در مراکز دیگر مشورت کنید.

در اکثر بیمارستان ها با تجربه در جراحی کاهش وزن به افراد پیشنهاد شرکت در جلسه آموزشی قبل از جراحی داده میشود. در این جلسه به سوالات درباره گزینه های شما بابت نحوه انجام جراحی و سود و ضرر هر روش پاسخ داده میشود.

مزایای جراحی کاهش وزن چیست؟

جراحی علاوه بر اینکه به شما در کاهش وزن کمک می کند، میتواند در بهبود برخی از مشکلات طبی مربوط به اضافه وزن موثر باشد، که شامل:

- دیابت
- فشار خون بالا
- کلسترول بالا
- وقفه تنفسی حین خواب، اختلالی که باعث می شود تنفس شما به مدت کوتاهی در خواب متوقف شود.

خطرات این جراحی چیست؟

میزان خطرات این جراحی بستگی به موارد زیر دارد:

- چه نوع عمل جراحی لاغری را انجام داده اید؟
- جراحی شما به صورت باز یا لاپاروسکوپی انجام شده است؟
- سن و وضعیت سلامتی شما
- میزان تجربه جراح شما

خطرات معمول جراحی عبارتند از:

- خون ریزی
- عفونت داخل شکم یا زخم مربوط به جراحی
- ترشح از محل برش در معده یا روده
- انسداد یا پاره شدن روده
- مشکلات برای قلب یا ریه
- سنگ کیسه صفرا
- مشکلات تغذیه ای
- اسهال شدید
- نیاز برای اعمال جراحی بیشتر

به دنبال هر نوع عمل جراحی ممکن است عوارض جدی و تهدید کننده حیات به وجود آید، اما در این جراحی مرگ به ندرت اتفاق می افتد. بنابراین بهتر است قبل از جراحی درباره همه عوارض ممکن ناشی از روشهای مختلف عمل صحبت کنید.

آیا من نیاز به تغییر در روش غذا خوردن بعد از عمل جراحی دارم؟

بله. پزشک و متخصص تغذیه میتوانند شما را در نحوه تغییر رژیم غذایی‌تان کمک کنند.

شما باید غذاهای سالم، که با جراحی سازگار است بخورید. برای مثال شما باید غذاهایی با پروتئین بالا و چربی و کالری پایین را انتخاب کنید. همچنین باید از غذاهای مایع با کالری بالا مثل بستنی اجتناب کنید. اگر رژیم غذایی اشتباه داشته باشید، ممکن است ضمن آسیب به شما، احتمال کاهش وزن کاهش یابد.

اگر شما عمل جراحی کاهش وزن انجام داده‌اید، باید از بعضی غذاهای خاص که ممکن است شما را مریض کنند، دوری کنید. به علاوه شما احتمالاً نیاز به مصرف بعضی مولتی ویتامین یا مواد معدنی خواهید داشت. زیرا عمل‌های جراحی لاغری به خصوص عمل بای پس معده می‌تواند با اختلال در جذب مواد مغذی لازم برای بدن، باعث سو تغذیه شوند. شما باید در طول زندگی به مصرف این مکمل‌های ویتامینی و مواد معدنی به صورت همیشگی ادامه دهید.

