

## مستشفى تورنتو الغربي- عيادة جراحة البدانة استمارة معلومات للمخفوقات ما قبل الجراحة

سوف تتبع نظامًا غذائيًا قبل الجراحة لما يصل إلى \_\_\_\_\_ أسابيع ما قبل الجراحة  
ابداً بشرب المخفوقات: \_\_\_\_\_

### ما نوع المشروبات المخفوقة سيتم استخدامها ما قبل الجراحة؟

في عيادة جراحة البدانة في مستشفى تورنتو الغربي، نستخدم مخفوقات ميدي ميل MediMill® أو وقت التنحيف SlimTime® أو أوبتيفاست Optifast® لمساعدة المرضى على الاستعداد للجراحة. سيطلب أي مخفوق متاح من الشركة المصنعة عندما يحين موعدك حيث يعمل ميدي ميل Medi Meal® و وقت التنحيف Slim Time® بنفس الطريقة. يتم وصف أوبتيفاست Optifast فقط للمرضى الذين يعانون من مشاكل في الكلى.

### ما هو ميدي ميل MediMill® أو وقت التنحيف SlimTime® أو أوبتيفاست Optifast®

ميدي ميل MediMill® أو وقت التنحيف SlimTime® أو أوبتيفاست Optifast® هي مكملات غذائية منخفضة السعرات الحرارية. تحتوي على جميع الفيتامينات والمعادن التي يحتاجها الجسم لتغذية قبل الجراحة. يساعد هذا النوع من النظام الغذائي أيضًا على تقليص حجم الكبد مما يجعل الجراحة أسهل وأكثر أمانًا بالنسبة لك.

### ماذا يمكنني أن أكل أثناء شرب المخفوقات ما قبل الجراحة؟

تبدأ بشرب أربع (٤) عبوات من المخفوقات ما قبل الجراحة كل يوم.  
لا تتناول أي طعام أو تتناول مشروبات تحتوي على سعرات حرارية أثناء شرب مخفوقات ما قبل الجراحة.

فيما يلي قائمة بالعناصر التي يمكنك تناولها أثناء استخدام مخفوقات ما قبل الجراحة:

- المياه
- القهوة السوداء (بدون حليب أو سكر أو كريمة)
- شاي أسود أو شاي الأعشاب بدون سكر مضاف (على سبيل المثال: النعناع أو البابونج)
- مرق الدجاج أو اللحم البقري أو الخضار (أقل من ١٠ سعرة حرارية / للوجبة الواحدة)
- مشروبات خالية من السكر أو خالية من السعرات الحرارية (على سبيل المثال: شاي مثلي للحمية أو كريستال لايت)
- جيل-أو® الخالي من السكر
- علكة/ لبان خالية من السكر

### كيف أقوم بإعداد مخفوقات ما قبل الجراحة؟

حاول أن تشرب المشروبات المخفوقة في أوقات الوجبات (الإفطار والغداء والعشاء) واحتفظ بالعبوة الرابعة لتناولها كوجبة خفيفة.  
لتحضير المخفوقات:

- ١- قم بخلط عبوة واحدة من المسحوق مع ٨-١٦ أونصة (١ إلى ٢ كوب) من الماء
- ٢- يرج أو يحرك ويقدم
- ٣- يمكن تقديمه مع الثلج أو خلطه مع الثلج حتى يبرد

يمكنك إضافة نكهات خالية من السعرات الحرارية إلى المشروبات المخفوقة مثل:

- كرسنال لايت® أو القهوة أو مستخلصات النكهة (على سبيل المثال: النعناع أو جوز الهند أو الموز) أو مسحوق جيل-أو® الخالي من السكر أو مسحوق الكاكاو النقي.

بمجرد خلط المخفوق ، يمكن الاحتفاظ به خارج الثلاجة لمدة تصل إلى ٤ ساعات أو في الثلاجة لمدة تصل إلى ٢٤ ساعة (يوم واحد).

هل هناك أي تأثيرات جانبية من تناول ميدي ميل® SlimTime أو وقت التحيف® أو أوبتيفاست® Optifast؟

الآثار الجانبية المحتملة	الحل
الإسهال والإمساك	أضف ملعقة صغيرة من الياف بنيفايبر® Benefibre إلى كل عبوة من ميدي ميل® SlimTime أو وقت التحيف® أو أوبتيفاست® Optifast
الإمساك	"خذ قرصين (٢) من سينوكود® Senokot قبل وقت النوم لمدة تصل إلى ٥ أيام. توقف من أخذ سينوكود® Senokot إذا كنت تعاني من الإسهال أو تقلصات في المعدة."
رائحة الفم الكريهة	امضغ علكة خالية من السكر

التكلفة ميدي ميل® SlimTime أو وقت التحيف® أو أوبتيفاست® Optifast

عدد الاسابيع	السعر
(صناديق ٤) - ١	٩٤,٢٥ دولارًا
(صناديق ٨) - ٢	١٦٠,٢٥ دولارًا
(صندوقًا ١٢) - ٣	٢٢٦,٢٥ دولارًا
(صندوقًا ١٦) - ٤	٢٩٢,٢٥ دولارًا

تلكة أوبتيفاست® Optifast

عدد الاسابيع	السعر
٢	١٧٥,٠٠ دولارًا
٣	٢٦٢,٥٠ دولارًا
٤	٣٥٠,٠٠ دولارًا
٥	٤٣٧,٥٠ دولارًا
٦	٥٢٥,٠٠ دولارًا