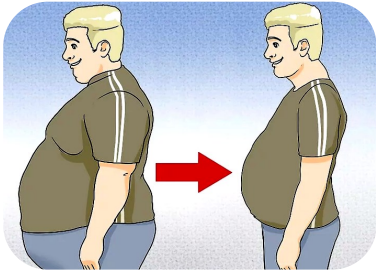




مستشفى الامام الرضا (ع)

السمنة المرضية



خاص: للمرضى

آخر موعد للاعادة النظر: 2024-11-21

تاريخ المراجعة التالية: 2027-11-21

كودالكتيب: PA-59-1006

رقم الاعدادة النظر: ٠١

امسح الرمز الشريطى أدناه للوصول إلى المعلومات التعليمية



النائب للتعليم و الصحة

منتج: القسم IPD القسم التعليم و الصحة

بعد يومين ستتبع النظام الغذائي الذى أوصى به الطبيب لمدة تصل إلى ١٢ أسبوعاً ، وبعدها تضاف السوائل إلى النظام الغذائى وبعد ذلك ستعود تدريجياً إلى النظام الغذائى الطبيعى.

بعد هذه العملية ، مع بعض القيود ، تمكن من الحفاظ على نظام غذائى صحى من حيث مكونات الغذاء ، ولكن لا داعى للقلق ، فالطبيب يتابع صحتك دائماً.

نؤكد أنه لا يوجد ما يدعو للقلق

المراجع:

<https://www.clinicalkey.com>

<https://medlineplus.gov>

إذا كانت لديك سوال او مشكله من حيث المرض تستطيع مجاناً كل يوم من الساعه ٨ الى ١٢ صباحاً الا ايام العطل تشير الى او اتصل بالقسم عيادة التثقيف

الصحي

الهاتف: ٠٥١٣١٨٠٢٧٤٨

الموقع الكترونى:

<https://emamreza.mums.ac.ir>

جراحة تصغير حجم المعدة (طريقة الالتفاف)

هو نوع من العمليات الجراحية التى تحدث تغييرات فى هضم الطعام فى المعدة والأمعاء مما يؤدى إلى فقدان الوزن

هذه الطريقة ل

مؤشر كتلة الجسم فوق ٤٠ (سمنة شديدة)

يستخدم مؤشر كتلة الجسم من ٣٥ إلى ٣٩,٥ (السمنة)

كما يوصف لمرضى ارتفاع ضغط الدم والسكرى من النوع الثانى واضطرابات النوم

من خلال إجراء هذه العملية ، لن يتم هضم الطعام الذى تتناوله واستيعابه تماماً ، وسيقل استهلاك الجسم من السرعات الحرارية ، ونتيجة لذلك لن يزداد حجم الجسم. لا تتطلب هذه العملية ضمادات ، وبعد أسبوع واحد فقط من العملية يجب فحصك من قبل طبيب

يحل فقدان الوزن العديد من المشاكل مثل الربو وارتفاع ضغط الدم وارتفاع الكوليسترول وضيق التنفس أثناء النوم والمشاكل التى يسببها مرض السكرى من النوع الثانى.

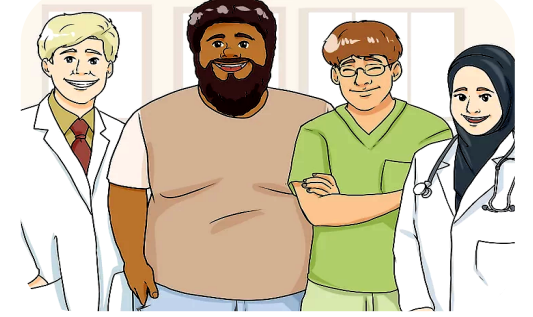
يشمل النظام الغذائى بعد جراحة الشراعى ما يلى:

لا يسمح لك بتناول الطعام والشراب بشكل طبيعى إلا بعد مرور يومين على العملية حتى تلتئم المعدة والجهاز الهضمى



عزيزى المريض

تم تجميع هذا الكتيب لإرشادك والإجابة على أسئلتك ،
والغرض منه هو إعلامك بعملية العلاج الصحيحة



أسباب السمنة المفرطة

لسوء الحظ ، كثير من الناس يعانون من السمنة المفرطة ، أو لديهم دهون زائدة ، أو لديهم الكثير من العظام ، وعندما يكون وزن الشخص ٢٥٪ من الوزن الطبيعي ، فإنهم يعانون من السمنة المفرطة.

لسوء الحظ ، كثير من الناس يعانون من السمنة المفرطة ، أو لديهم دهون زائدة ، أو لديهم الكثير من العظام ، وعندما يكون وزن الشخص ٢٥٪ من الوزن الطبيعي ، فإنهم يعانون من السمنة المفرطة.

يمكن أن تسبب السمنة حدوث العديد من الأمراض الأخرى ، والسمنة أكثر خطورة بكثير عند الأطفال والمراهقين الذين يأكلون بكثرة ويكونون أقل نشاطاً من البالغين وكبار السن.

ما هي العوامل التي تسبب السمنة؟

حمية

اسباب وراثية

التمثيل الغذائي

قصور الغدة الدرقية

أسباب نفسية وثقافية

طريقة تشخيص المرض

تساعد الطرق التالية فى تشخيص المرض

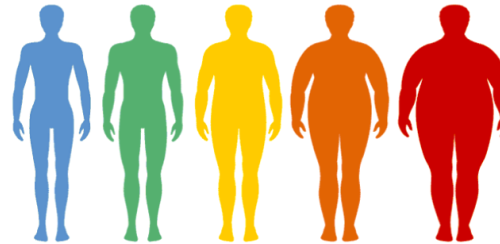
مقاس الخصر

نسبة محيط الخصر ومحيط الفخذ

حساب مؤشر كتلة الجسم ، وهو أكثر الطرق شيوعاً

تحسب طريقة مؤشر كتلة الجسم كمية الدهون فى الجسم بما يتناسب مع وزنك وطولك وبقسمة الوزن بالكيلوجرام على الطول نحصل على قوة ٢. يحسب هذا المؤشر نسبة العضلات والعظام فى الجسم ويحدد ما إذا كان الشخص يعاني من السمنة أو السمنة المفرطة أو الطبيعي.

مؤشر كتلة الجسم



مؤشر كتلة الجسم أقل من ١٨,٥ يشير إلى نقص الوزن

بين ١٨,٥ و ٢٤,٥ وزن طبيعي

بين ٢٥ و ٢٩,٩ زيادة الوزن

يساوى ٣٠ زائداً ويشير إلى وجود دهون فى الجسم

$$BMI = \frac{\text{الوزن (كيلوغرام)}}{\text{ارتفاع (متر)}^2}$$

مؤشر كتلة الجسم

خطه العلاج

قم بزيارة اختصاصى تغذية هذا الطبيب مدرب لمساعدتك ويصف لك خطه نظام غذائى توفر جميع الفيتامينات والعناصر الغذائية التى يحتاجها جسمك.

تمرّن بمساعدة مدرب وتأكد من حصولك على التمارين

الصحيحة

يتم تدريب المدربين الرياضيين المتخصصين على إنقاص وزن

الأشخاص

السمنة المرضية (داء السمنة)

قد تساعد الأدوية الأشخاص على إنقاص الوزن ، ولكن ليس دائماً الأدوية ليست بديلاً عن النظام الغذائى المناسب الذى يصفه الطبيب ، وبالطبع ، مثل أى ظاهرة علمية وتشخيصية ، يمكن أن يؤدى تشخيص الطبيب إلى نتيجة إيجابية.