

یہ بروشر بنیادی گیسٹروسٹومی کی دیکھ بھال کے حوالے سے معلومات فراہم کرتا ہے

مریض کی تعلیم کا سلسلہ

گیسٹروسٹومی کو سمجھنا

(نوٹ: یہ کتابچہ پرکیوٹینیئس اینڈواسکوپک گیسٹروسٹومی پر لاگو نہیں ہوتا ہے)

اسپیشلسٹ کیئر ایڈوائزری گروپ (اسٹوما اور واؤنڈ کیئر)

دسمبر 2020

اپنے گیسٹروسٹومی کو سمجھنا

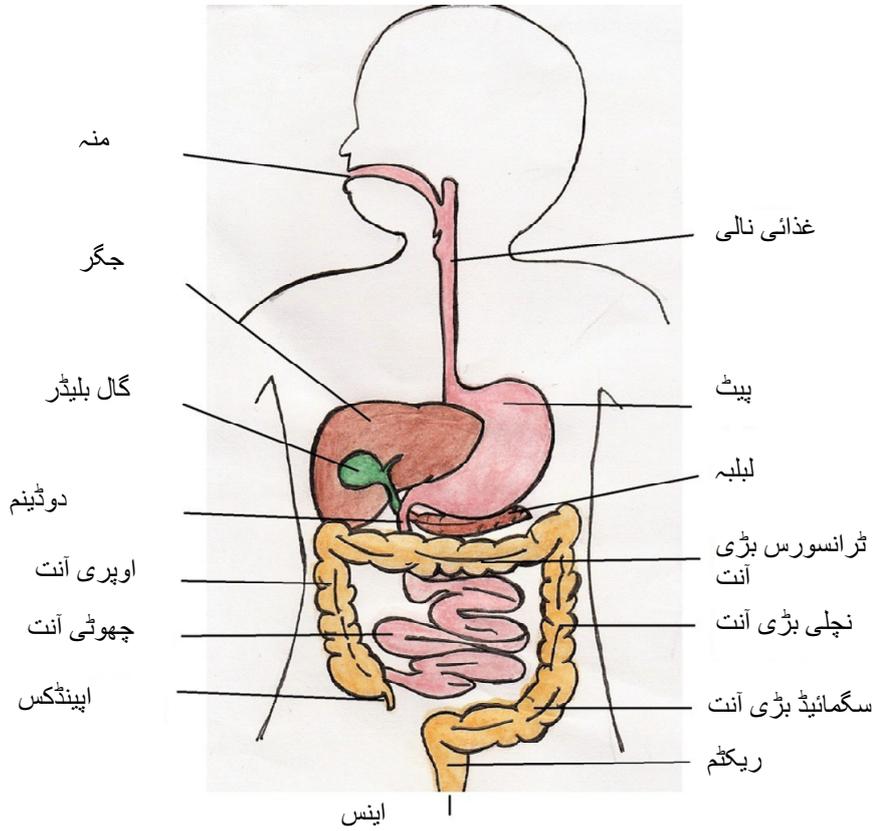
پیش لفظ: گیسٹروسٹومی عام طور پر بالغوں اور بچوں میں استعمال ہوتا ہے جنہیں اس کی ضرورت ہوتی ہے اور گیسٹروسٹومی کی دیکھ بھال کے طریقہ کار ایک جیسے ہیں۔ یہ بروشر مریضوں اور نگہداشت کرنے والوں کے لیے گیسٹروسٹومی کی عام تعلیم فراہم کرتا ہے۔ اگر آپ کے کوئی سوالات ہیں، تو براہ کرم اپنے صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والے سے پوچھیں۔

اپنے نظام انہضام کو سمجھنا

نظام انہضام، جسے گیسٹروسٹومی کی نالی بھی کہا جاتا ہے، ایک ایسا عضو ہے جو کھانا اکتھا کرتا ہے، اسے ہضم کرتا ہے، غذائی اجزا کو جذب کرتا ہے اور کھانے کے فضلے کو خارج کرتا ہے۔

کھانے کو منہ میں چبانے کے بعد، یہ غذائی نالی کے ذریعے گیسٹروسٹومی میں داخل ہوتا ہے، جہاں یہ ابتدائی طور پر ہضم ہوتا ہے اور پھر دوڈینم کے ذریعے چھوٹی آنت میں داخل ہوتا ہے۔ چھوٹی آنت میں کھانا مزید ہضم ہوتا ہے اور اس کے زیادہ تر غذائی اجزا اور پانی جذب ہو جاتے ہیں۔

بڑی آنت، ریکٹم اور اینس نظام انہضام کا آخری حصہ ہیں۔ بڑی آنت کا کردار آنت میں باقی ہضم ہونے والے مواد سے پانی اور الیکٹرولائٹس کو نکالنا ہے، جس سے ناپسندیدہ باقیات نیم ٹھوس یا ٹھوس پاخانہ میں تبدیل ہوتی ہیں۔ پاخانہ ریکٹم میں جمع ہوتا ہے اور مقررہ وقت میں اینس کے ذریعے خارج ہو جاتا ہے۔



گیسٹروسٹومی کیا ہے؟

ایک مستقل یا عارضی راستہ جراحی سے پیٹ کی دیوار میں براہ راست پیٹ میں بنایا جاتا ہے۔ اس کا استعمال گیویج کے ذریعے غذائیت فراہم کرنے کے لیے کیا جاتا ہے۔ یہ طریقہ کار بالغوں یا بچوں کے لیے موزوں ہے جنہیں اس کی ضرورت ہے۔ عام طور پر اینس کی تین اقسام ہوتی ہیں۔

سرجیکل سیزرین گیسٹروسٹومی

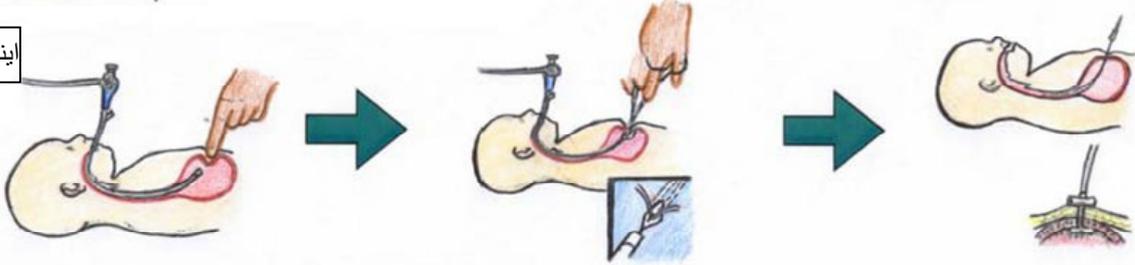
مریض کو بے ہوش کرنے کے بعد، پیٹ میں ایک چھوٹا سا سوراخ کیا جاتا ہے اور پیٹ کی دیوار میں ایک فیڈنگ ٹیوب ڈالی جاتی ہے، اس کے بعد ارد گرد کے نشو کو سی دیا جاتا ہے اور کینہیٹر کو جلد پر لگایا جاتا ہے۔

پریکیوٹینیئس اینڈواسکوپک گیسٹروسٹومی

یہ عام طور پر مقامی اینسٹھیسیز یا کے تحت اینڈواسکوپک کی مدد اور نگرانی کے ساتھ کیا جاتا ہے، اور پیٹ میں ایک پریکیوٹینیئس پنکچر کیا جاتا ہے، جہاں ایک فیڈنگ ٹیوب گیسٹرک لومن میں رکھی جاتی ہے۔

ریڈیوگرافک یا الٹراساؤنڈ گائیڈڈ پریکیوٹینیئس گیسٹروسٹومی

اینڈوسکوپ



یہ کینہیٹر کے ذریعے گیس کا انجیکشن دے کر انجام دیا جاتا ہے جب تک کہ گیسٹرک کیویٹی نمایاں طور پر پھیل نہ جائے، اس کے بعد ریڈیوگرافک یا الٹراساؤنڈ گائیڈنس کے تحت پیٹ میں ایک پریکیوٹینیئس پنکچر اور گیسٹرک کیویٹی میں فیڈنگ ٹیوب ڈالی جاتی ہے۔



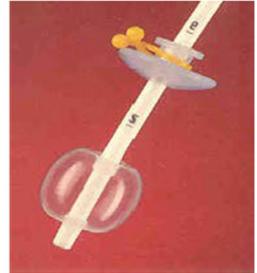
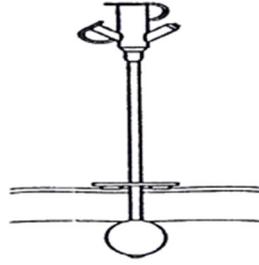
圖片來源：livedoor.blogimg.jp

گیسٹروسٹومی کے لیے اشارے

1. اورل پٹھوں کی خرابی، جس کے نتیجے میں نکلنے میں دشواری ہوتی ہے
2. غذائی نالی اور گیسٹرک کی خرابی
3. ناسوگاسٹرک ٹیوب کے لمبے عرصے تک داخل ہونے یا خون بہنے والے گیسٹرک السر کے امتزاج کی وجہ سے متواتر ایسپریشن کا نمونیا
4. ظاہری شکل کو متاثر کرنے والی خود شناس ناسوگاسٹرک ٹیوب

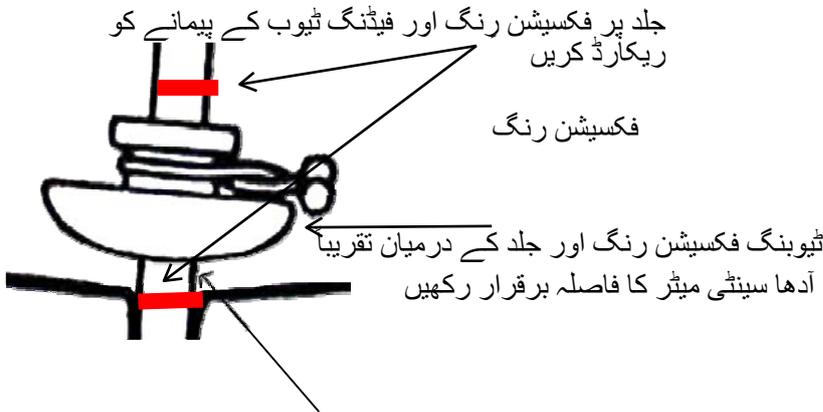
عام طور پر استعمال ہونے والی فیڈنگ ٹیوبز

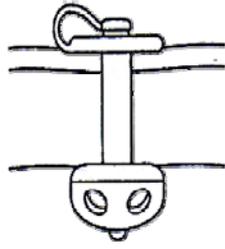
1. گیسٹروسٹومی کیتھیٹر



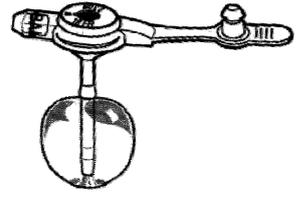
ملڈ مشروم کی قسم کا گیسٹروسٹومی کیتھیٹر

غبارے کی قسم کا گیسٹروسٹومی کیتھیٹر





ملڈ مشروم قسم کے گیسٹروسٹومی بٹنز

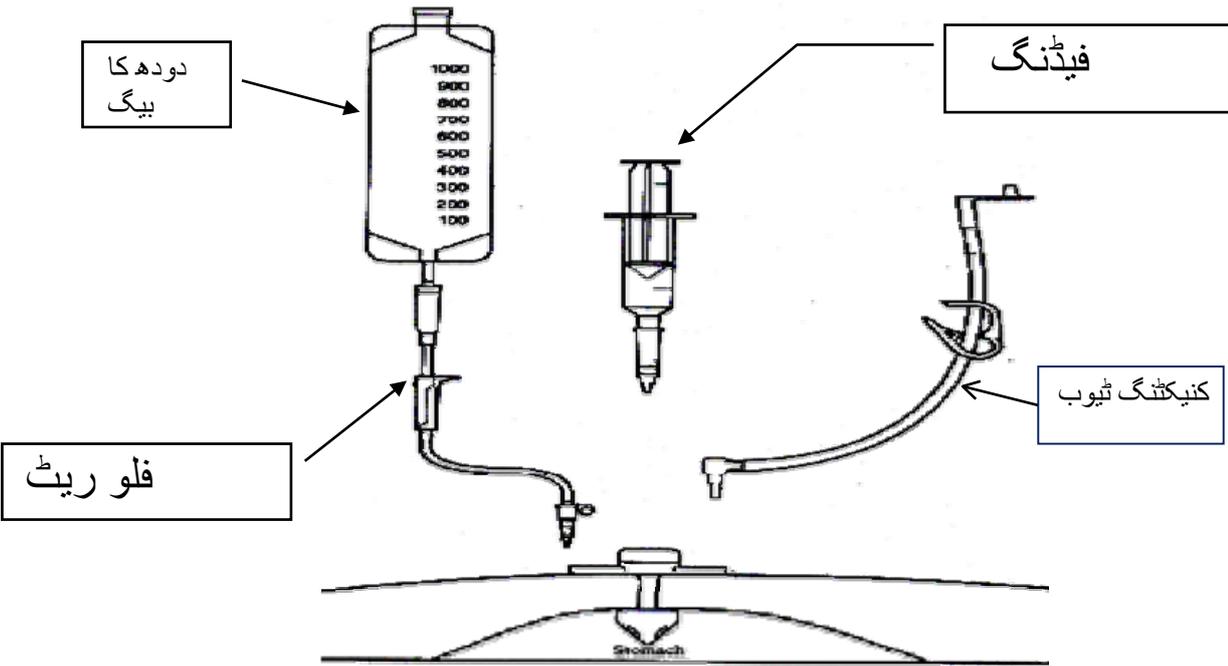


غبارے کی قسم کے گیسٹروسٹومی بٹنز

غبارے کی قسم کے گیسٹروسٹومی بٹن کے غبارے کو جراثیم سے پاک پانی/ڈسٹیلڈ پانی کی مناسب مقدار سے بھرنا چاہیے تاکہ ٹیوب کو مینوفیکچرر کی طرف سے تجویز کردہ جگہ پر رکھا جاسکے اور غبارے میں مائع چیز کی مقدار کو باقاعدگی سے چیک کیا جانا چاہیے۔ شک کی صورت میں، اسٹوما نرس سے مشورہ کریں۔

گیسٹروسٹومی بٹن کے نیچے اور جلد کے درمیان تقریباً ایک چوتھائی سینٹی میٹر کا فاصلہ برقرار رکھا جانا چاہیے۔

دیگر سامان



نرسنگ گیسٹروسٹومی کے لیے احتیاطی تدابیر

نرسنگ گیسٹروسٹومی کے لیے احتیاطی تدابیر

عمومی صفائی

- گیسٹروسٹومی کے ارد گرد کی جلد کو صاف اور خشک رکھنا چاہیے۔
- ہاڈی واش اور گرم پانی کا استعمال کرتے ہوئے گیسٹروسٹومی جلد کو اندر سے باہر کی طرف دھو لیں، پھر خشک کریں۔
- جلد کے حالات اور گیسٹروسٹومی کیتھیٹر/بٹن کو پہنچنے والے نقصان پر نظر رکھیں۔
- گیسٹروسٹومی کیتھیٹر/بٹن کو ایک ہفتے تک روزانہ گھمائیں تاکہ اسے گیسٹروسٹومی کی دیوار میں دھسنے یا میوکوسا پر چپکنے سے روکا جاسکے۔
- **نوٹ: برکیوٹینیس اینڈوسکوپک گیسٹروسٹومی، اسٹوما کیتھیٹر/بٹن کے روزانہ گردش کے لیے موزوں نہیں ہے۔**

عمومی فیڈنگ

- تیزابیت والے مشروبات سے پرہیز کریں جیسے لیموں کا رس اور کرین بیری کا رس۔ ٹیوب میں دودھ پر مبنی خوراک کے جمنے اور ٹیوب کو بلاک کرنے سے گریز کریں۔
- کھانا اعتدال پسند درجہ حرارت پر ہونا چاہیے، جو آپ کے جسم کے درجہ حرارت کی طرح ہو۔
- بہت زیادہ گرمی پیٹ کی لائننگ کی میوکوس جھلی کو نقصان پہنچا سکتی ہے۔
- بہت زیادہ ٹھنڈا پیٹ کے درد کا سبب بن سکتا ہے۔
- اگر قے کثرت سے ہوتی ہے تو کھانا کھلانا سست کر دیں۔ عام طور پر 30 منٹ سے کم نہیں اور دودھ پر مبنی کھانے کی مقدار کو چیک کریں۔
- مسلسل کھانا کھلانے کے لیے، ٹیوب کو کھلا رکھنے کے لیے ہر 8 گھنٹے بعد ٹیوب کو مناسب مقدار میں گرم پانی سے فلش کریں۔

نرسنگ گیسٹروسٹومی کے لیے احتیاطی تدابیر

دوائی کھلانا

- زیادہ سے زیادہ دوا لیں۔
- ادویات کے چھوٹے ٹکڑوں کو فیڈنگ ٹیوب کو بلاک کرنے سے روکنے کے لیے دوا کو مائع خوراک سے الگ سے دیا جانا چاہیے۔
- چیک کریں کہ آیا دوا دینے سے پہلے اسے پیس لیا جاسکتا ہے۔
- دوا دینے سے پہلے اسے اچھی طرح پیس کر گرم پانی میں تحلیل کر دینا چاہیے۔
- فلم میں لپٹی گئی کوئی بھی دوا دیر تک کام کرتی ہے اور اسے پیسنا نہیں چاہیے؛ ٹیوب فیڈنگ کے لیے موزوں فارمولیشن کے لیے اپنے ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔
- خوراک سے پہلے اور درمیان میں گرم پانی کی مناسب مقدار دی جانی چاہیے، اور دوا لینے کے بعد ٹیوب کو گرم پانی سے دھونا چاہیے۔

گیسٹروسٹومی فیڈنگ ٹیوب کی تبدیلی

- سرجری کے ابتدائی مراحل میں، گیسٹروسٹومی چینل ابھی مکمل طور پر ٹھیک نہیں ہوا ہوتا ہے اور گیسٹروسٹومی فیڈنگ ٹیوب کو سرجری کے تقریباً 8 ہفتے بعد تک تبدیل نہیں کیا جانا چاہیے۔
- پہلا متبادل، ماڈل کے بغیر، عام طور پر ایک ڈاکٹر کی طرف سے کیا جاتا ہے۔
- مشروم کی قسم کے فیڈنگ ٹیوبز کی صورت میں، ہر متبادل ڈاکٹر کے ذریعے انجام دیا جانا چاہیے۔
- فیڈنگ ٹیوب کو تبدیل کرنے کا انتظام جہاں تک ممکن ہو پہلے کر لینا چاہیے۔ اگر ٹیوب کو تبدیل کرنے کے بعد، آپ کو معلوم ہوتا ہے: بہت زیادہ خون بہہ رہا ہے، بلوٹنگ، ٹائپینیا، بخار وغیرہ، تو فوری طبی توجہ طلب کی جانی چاہیے۔

گیسٹروسٹومی ٹیوب سے کھانا کھانے کا طریقہ

- مریضوں کو کھانا کھانے میں مدد کریں اور انہیں کھانے کا طریقہ سیکھنے کی ترغیب دیں۔
- کھانا کھانے کے دوران اور 30 منٹ بعد، بیٹھنے یا نیم بیٹھنے کی پوزیشن رکھیں۔

کھانا کھانے سے پہلے

1. اپنے ہاتھ دھوئیں۔
2. گیسٹروسٹومی اور کیتھیٹر کا مشاہدہ کریں اور کسی بھی غیر معمولیات کو دیکھیں۔
3. کیتھیٹر پر فکسیشن رنگ اسکیل کی پوزیشن اور جلد کے اسکیل کی جانچ کریں تاکہ کیتھیٹر کی نقل مکانی سے بچا جاسکے۔
4. کھانا کھانے سے پہلے، 10 ملی لیٹر کی سرنج کے ساتھ پیٹ سے باقیات کو آہستہ سے نکالیں تاکہ کھانے کی باقی مقدار کو چیک کیا جاسکے اور یہ یقینی بنایا جاسکے کہ کیتھیٹر نارمل پوزیشن میں ہے۔
5. تصدیق کے بعد، کیتھیٹر کو 10 ملی لیٹر گرم پانی سے بھریں (بچوں کے لیے 3-10 ملی لیٹر)۔

گیسٹروسٹومی ٹیوب سے کھانا کھلانے کا طریقہ

کھانا کھلانے کے دوران

1. خوراک کو فیڈنگ سرنج/دودھ کے بیگ/دودھ کی بوتل میں ڈالیں اور خوراک کو قدرتی بہاؤ کی شرح سے پیٹ میں جانے دیں۔ اس عمل کے دوران بہت زیادہ ہوا کو گیسٹروسٹومی میں داخل ہونے سے روکنا ضروری ہے۔
2. فیڈنگ سرنج/دودھ کے بیگ/دودھ کی بوتل یا بہاؤ کی شرح کے کنٹرولر کی اونچائی کا استعمال کرتے ہوئے خوراک کے بہاؤ کی شرح کو ایڈجسٹ کریں۔
3. ایک وقت میں بہت تیز یا بہت زیادہ کھانا نہ کھلائیں کیونکہ یہ بلوٹنگ اور الٹی کا سبب بن سکتا ہے۔

کھانا کھلانے کے بعد

1. کیتھیٹر کو 10-50 ملی لیٹر گرم پانی (بچوں کے لیے 3-10 ملی لیٹر) سے فلش کریں تاکہ خوراک کو جمنے اور کیتھیٹر کو بلاک ہونے سے روکا جاسکے۔
2. پر کھانا کھلانے کے بعد، کیپ کو بند کریں اور کیتھیٹر کنکشن اور اسٹوما کی جلد سے کسی بھی بقایا گندگی کو گرم پانی سے صاف کریں۔
3. پیٹ کے اوپری حصے میں گیسٹروسٹومی کیتھیٹر کو محفوظ کریں اور کیتھیٹر کے گرد لپیٹنے کے لیے ربر بینڈ کا استعمال نہ کریں کیونکہ یہ ٹوٹ سکتا ہے۔

گیسٹروسٹومی بٹن سے کھانا کھلانے کا طریقہ

- مریضوں کو کھانا کھلانے میں مدد کریں اور انہیں ایسا کرنے کا طریقہ سیکھنے کی ترغیب دیں۔
- کھانا کھلانے کے دوران اور 30 منٹ بعد بیٹھنے یا نیم لیٹنے کی پوزیشن رکھیں۔

کھانا کھلانے سے پہلے

1. اپنے ہاتھ دھوئیں۔
2. گیسٹروسٹومی بٹن کی پوزیشن کا مشاہدہ کریں اور کسی بھی غیر معمولیات کو دیکھیں۔
3. گیسٹروسٹومی کی تکلیف یا بدبضی کی صورت میں گیس کو نکالنے اور گیسٹروسٹومی میں رہ جانے والی خوراک کی مقدار کا اندازہ لگانے کے لیے کنیکٹنگ ٹیوب کو جوڑنا ضروری ہے۔
4. گیسٹروسٹومی بٹن کھولیں اور پروڈکٹ کے رہنما خطوط کے مطابق کنیکٹنگ ٹیوب کو جوڑیں۔
5. 10 ملی لیٹر کی سرنج کا استعمال کرتے ہوئے، گیسٹرک باقیات کو یہ چیک کرنے کے لیے نکال لیں کہ گیسٹروسٹومی بٹن صحیح جگہ پر ہے۔
6. تصدیق کے بعد، کنیکٹنگ ٹیوب کو 10 ملی لیٹر گرم پانی سے بھریں۔
7. فیڈنگ سرنج/دودھ کا بیگ/دودھ کی بوتل منسلک کریں۔

گیسٹروسٹومی بٹن سے کھانا کھلانے کا طریقہ

کھانا کھلانے کے دوران

1. خوراک کو فیڈنگ سرنج/دودھ کے بیگ/دودھ کی بوتل میں ڈالیں اور خوراک کو قدرتی بہاؤ کی شرح سے پیٹ میں جانے دیں۔
2. اس عمل کے دوران بہت زیادہ ہوا کو گیسٹروسٹومی میں داخل ہونے سے روکنا ضروری ہے۔
3. فیڈنگ سرنج/دودھ کے بیگ/دودھ کی بوتل یا بہاؤ کی شرح کے کنٹرولر کی اونچائی کا استعمال کرتے ہوئے فیڈنگ کی شرح کو ایڈجسٹ کریں۔
3. ایک وقت میں بہت تیز یا بہت زیادہ کھانا نہ کھلائیں کیونکہ یہ بلوٹنگ اور الٹی کا سبب بن سکتا ہے۔

کھانا کھلانے کے بعد

1. ٹیوب کو 10-20 ملی لیٹر گرم پانی (بچوں کے لیے 10-15 ملی لیٹر) سے دھوئیں تاکہ کھانا کیتھیٹر کو بلاک نہ کر سکے اور بیکٹیریا کی افزائش سے بچنے کے لیے اسے صاف رکھیں۔
2. ہر کھانا کھلانے کے بعد، ٹیوب کو ہٹا دیں، کیپ بند کریں اور اسٹوما بٹن کے کنیکشن اور اسٹوما کی جلد سے باقی گندگی کو گرم پانی سے صاف کریں۔

عام مسائل اور ان سے نمٹنے کا طریقہ

(I) الرجی، جلد پر خارش



اسباب

- گیسٹروسٹومی فیڈنگ ٹیوب کی لیکج
- ضرورت سے زیادہ گیسٹروسٹومی ڈسچارج ہونا
- فیڈنگ ٹیوب پر الرجک ردعمل

حل

1. اسٹوما کے آس پاس کی جلد کو صاف اور خشک رکھیں۔
2. گیسٹروسٹومی جلد کو گرم پانی سے صاف کریں اور خشک ہونے کے بعد جلد کی دیکھ بھال کرنے والی کریم جیسے زنک آکسائیڈ مرہم لگائیں۔
3. گیسٹروسٹومی کینھیٹر/گیسٹروسٹومی بٹن استعمال کریں جس سے الرجی کا امکان کم ہو، جیسے سلیکون پروٹیکٹس۔
4. فیڈنگ ٹیوب کی مخصوص قسم اور سائز کا استعمال اسٹوما کی لیکج کو کم کر دے گا۔
5. اگر حالت سنگین ہے تو، آپ کو اپنی صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والے سے مشورہ کرنا چاہیے۔

(II) گرینولوما ہائپر پلاسیا



اسباب

- ٹیوب کی بہت زیادہ حرکت
- اسٹوما کی جلد کا ضرورت سے زیادہ نم ہونا

حل

1. اسٹوما کی جلد کو باقاعدگی سے صاف کریں اور اسے خشک رکھیں، اگر ضرورت ہو تو جلد کے تحفظ کی کریم کی ایک پتلی تہہ لگائیں۔
2. کھنچاؤ کو کم کرنے کے لیے گیسٹروسٹومی کیتھیٹر کو جگہ پر محفوظ کریں۔
3. لیکچ اور جلد کی جلن کو کم کرنے کے لیے گیسٹروسٹومی کیتھیٹر / گیسٹروسٹومی ہٹن کی مخصوص قسم اور سائز استعمال کریں۔
4. اگر حالت سنگین ہے تو، آپ کو اپنی صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والے سے مشورہ کرنا چاہیے۔

(III) گیسٹروسٹومی لیکج



اسباب

- ٹیوب پر ضرورت سے زیادہ ٹگنگ
- گیسٹروسٹومی کیٹھیٹر/گیسٹروسٹومی بٹن ماڈل یا سائز مناسب نہیں ہے۔
- غبارے کا ٹوٹنا اور لیکج
- ٹیوب فکسیشن رنگ کا ڈھیلا ہونا
- پیٹ کا دباؤ زیادہ ہونا

حل

1. وقتاً فوقتاً ٹیوب پر فکسیشن رنگ کی پوزیشن کو چیک کریں اور ایڈجسٹ کریں۔
2. اگر پیٹ کا دباؤ بہت زیادہ ہے تو، گیسٹریک مواد کی ایک چھوٹی سی مقدار بچ سکتی ہے۔ گیسٹروسٹومی کے آس پاس کی جلد کو صاف اور خشک رکھا جانا چاہیے۔
3. گیسٹروسٹومی ٹیوب کو مستقل بنیادوں پر مناسب قسم اور سائز کے ساتھ تبدیل کریں۔
4. فیڈنگ ٹیوب کے غبارے میں پانی کی مقدار کو باقاعدگی سے چیک کریں۔
5. مریض کے ہاضمے کے اسٹیٹس پر نظر رکھیں اور پیٹ میں رہ جانے والی خوراک کی مقدار کو باقاعدگی سے چیک کریں۔
6. اگر حالت سنگین ہے تو، آپ کو اپنی صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والے سے مشورہ کرنا چاہیے۔

(IV) گیسٹروسٹومی کے ارد گرد جلد سرخ ہونا



اسباب

- گیسٹریک مائع چیز کا اخراج جلد پر خارش کا سبب بن سکتا ہے۔
- ارد گرد کی جلد پر دباؤ

حل

1. گرم پانی سے لیک کو صاف کرنے کے بعد خراب شدہ جلد پر حفاظتی فلم یا کریم لگا کر اسٹوما کیئر کی فریکوئنسی میں اضافہ کریں۔
2. اسٹوما لیک کو جذب کرنے کے لیے گوج کا استعمال کریں اور اسے باقاعدگی سے تبدیل اور صاف کریں۔
3. گیسٹروسٹومی ٹیوب کی فکسیشن رنگ کو گیسٹروسٹومی بٹن اور جلد کے درمیان تقریباً آدھا سینٹی میٹر یا ایک چوتھائی سینٹی میٹر کے فاصلے پر رکھنا چاہیے تاکہ جلد پر دباؤ کم ہو۔
4. لیک کو کم کرنے کے لیے گیسٹروسٹومی کیتھیٹر/گیسٹروسٹومی بٹن کی صحیح قسم اور سائز استعمال کریں۔
5. اگر حالت سنگین ہے تو، آپ کو اپنی صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والے سے مشورہ کرنا چاہیے۔

(V) گیسٹروسٹومی فیڈنگ ٹیوب کا پھسلنا

اسباب

- غبارے کی لیکج یا پھٹ جانا
- فیڈنگ ٹیوب کا مناسب طریقے سے محفوظ نہ ہونا

حل

1. غبارے کی قسم کے گیسٹروسٹومی کیتھیٹرز/گیسٹروسٹومی بٹن غباروں میں مائع چیز کی مقدار کو باقاعدگی سے چیک کرنا چاہیے۔
2. اگر کوئی لیک غبارہ مل جائے تو اسے جلد از جلد تبدیل کرنا چاہیے۔
3. مناسب طریقے سے محفوظ فیڈنگ ٹیوب کو لپ بینڈ کے ساتھ بھی محفوظ کر سکتے ہیں۔
4. اگر فیڈنگ ٹیوب غلطی سے پھسل جائے تو فوراً کھانا کھلانا بند کر دیں اور جتنی جلدی ممکن ہو طبی مدد لیں۔ چونکہ اسٹوما چینل چند گھنٹوں کے انخلا کے بعد تنگ ہو جائے گا، اس لیے اگر اسے جلد از جلد جگہ نہ دی گئی تو ایک نیا گیسٹروسٹومی بنانے کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

(VI) قے آنا

اسباب

- بہت تیز یا بہت زیادہ کھانا کھلانا
- پیٹ میں گیس کی زیادتی
- آنتوں کے انفیکشنز
- آنتوں میں رکاوٹ

حل

1. کم اور زیادہ کثرت سے کھانا کھلانا۔
2. کھانا کھلانے سے پہلے پیٹ کو صاف کریں اور دودھ پر مبنی خوراک کی مقدار کا حساب لگانے سے پہلے پیٹ میں رہ جانے والی خوراک کو چیک کریں۔
3. کھانا کھلانے کا وقت 30 منٹ سے کم نہیں ہونا چاہیے۔
4. کھانا کھلانے کے دوران اور 30 منٹ بعد بیٹھنے یا نیم بیٹھنے کی پوزیشن کا استعمال کریں۔
5. بیکٹیریا کی افزائش کو کم کرنے کے لیے دودھ پر مبنی خوراک اور کھانا کھلانے کا سامان مناسب طریقے سے ذخیرہ کریں۔ ڈبے میں بند دودھ کو کھولنے کے بعد فریج میں رکھنا چاہیے اور 24 گھنٹے بعد استعمال نہیں کرنا چاہیے۔
6. اگر قے، بلوٹنگ یا پیٹ میں درد برقرار رہتا ہے تو، حالت سنگین ہونے پر اپنی صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والے سے مشورہ کریں۔

اسباب

- آنتوں کے انفیکشنز
- دودھ پر مبنی نئے کھانے کی طرف جانا
- اینٹی بائیوٹکس یا پاخانہ لانے کی دوا کا سابقہ استعمال
- لیکٹوز کی حساسیت

حل

1. دودھ پر مبنی کھانے میں بار بار تبدیلیوں سے گریز کریں جو خرابی کا باعث بن سکتے ہیں۔
2. اگر آپ دودھ پر مبنی نئے کھانے کی طرف جاتے ہیں، تو آنتوں کے جذب کو دیکھنے کے لیے پہلے تھوڑی مقدار میں کھانا کھلانے کی کوشش کریں۔ اگر یہ ٹھیک رہتا ہے تو آہستہ آہستہ خوراک کی مقدار میں اضافہ کریں۔
3. اگر آپ لیکٹوز کے لیے حساس ہیں، تو صحت کی دیکھ بھال کرنے والے پیشہ ور یا غذائی ماہرین سے مشورہ اور مدد حاصل کریں۔
4. بیکٹیریا کی افزائش کو کم کرنے کے لیے دودھ پر مبنی خوراک اور کھانا کھلانے کا سامان مناسب طریقے سے ذخیرہ کریں۔ ڈبے میں بند دودھ کو کھولنے کے بعد فریج میں رکھنا چاہیے اور 24 گھنٹے بعد استعمال نہیں کرنا چاہیے۔
5. اگر اینٹی بائیوٹک یا پاخانہ لانے کی دوا کا استعمال کیا گیا ہے، تو اسہال عارضی ہو سکتا ہے۔ اگر یہ برقرار رہتا ہے تو، اپنے صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والے سے مشورہ کریں۔

اگر مجھے گیسٹروسٹومی کا مسئلہ ہو تو میں مدد کے لیے کہاں جاسکتا

ہوں؟



اسٹوما نرس

سرجن

HA اسمارٹ پییشنٹ ویب سائٹ (مزید معلومات کے لیے آپ نیچے بار کوڈ اسکین کر سکتے ہیں)

