

सर्जरी से पहले उपवास: आप क्या खा-पी सकते हैं, और क्यों

एनेस्थीसिया से पहले उपवास: बताए गए समय तक कुछ भी खाना-पीना नहीं।

Kieran Hirpara © ⓘ 4.0



यह पृष्ठ मशीन द्वारा अनूदित है और अभी तक किसी चिकित्सक द्वारा जाँचा नहीं गया है। **अंग्रेज़ी संस्करण** ही आधिकारिक है।

सर्जरी के दिन, आपकी सुरक्षा के लिए दो बातें सबसे ज़्यादा मायने रखती हैं: आपको किस तरह का एनेस्थीसिया दिया जाता है, और आप दिए गए उपवास के निर्देशों का कितनी सख्ती से पालन करते हैं।

हम आपसे उपवास करने को क्यों कहते हैं

जनरल एनेस्थीसिया (जिसमें आप पूरी तरह बेहोश रहते हैं) उन मांसपेशियों को ढीला कर देता है जो आम तौर पर पेट की चीज़ों को गले में वापस ऊपर आने से रोकती हैं। अगर आपका पेट भरा हुआ है, तो बेहोशी के दौरान वह चीज़ें आपके फेफड़ों में जा सकती हैं, जो गंभीर बात है। उपवास से पेट खाली हो जाता है, जिससे ऐसा होने की संभावना बहुत कम हो जाती है। मानक नियम ये हैं:

- **आपकी सर्जरी की जानकारी वाले ईमेल में दिए गए उपवास के समय से कुछ भी खाना-पीना नहीं।** न खाना, न दूध, न पानी, न चाय या कॉफी, न टॉफी-मिठाई या च्युइंग गम। यह समय आपके भर्ती होने के समय से तय किया जाता है: आम तौर पर उससे सात घंटे पहले, या अगर आप सुबह जल्दी भर्ती हो रहे हैं तो आधी रात से।
- **अगर आप डायबिटीज़ या वज़न घटाने की इंजेक्शन वाली दवा लेते हैं** (Ozempic, Wegovy, Mounjaro, Trulicity, Byetta), तो उसे लेते रहें, लेकिन आपका उपवास आपकी सर्जरी के समय से **24 घंटे** पहले शुरू होगा। ये दवाएं पेट के खाली होने की रफ़्तार धीमी कर देती हैं, और उपवास का सामान्य समय काफ़ी नहीं होता।
- **अगर आपकी प्रक्रिया केवल लोकल एनेस्थीसिया (केवल उस हिस्से को सुन्न करना) में होनी है**, तो आपके ईमेल में लिखा होगा कि आपको उपवास करने की ज़रूरत नहीं है।

अगर आप सुबह अपनी सामान्य ब्लड प्रेशर या मिर्गी (एपिलेप्सी) की गोलियां लेते हैं, तो उन्हें पानी के एक छोटे घूंट के साथ लें, जब तक आपके एनेस्थेतिस्ट ने कुछ और न कहा हो। डायबिटीज़ की गोलियां सर्जरी वाली सुबह नहीं ली जातीं; एस्पिरिन और क्लोपिडोग्रेल जारी रखी जाती हैं, और वारफ़रिन जैसी खून पतला करने वाली दवाएं (एंटीकोएगुलेंट) 48 घंटे पहले बंद की जाती हैं; **खून पतला करने वाली दवाएं और सर्जरी की तैयारी** वाले पेजों पर इसकी पूरी जानकारी है।

हम किस तरह के एनेस्थीसिया का इस्तेमाल करते हैं

ऊपरी अंग (कंधे से हाथ तक) की ज़्यादातर सर्जरी तीन में से किसी एक तरीके से की जाती है, कभी-कभी इन्हें मिलाकर:

- **जनरल एनेस्थीसिया:** आप पूरी तरह बेहोश रहते हैं। एनेस्थेतिस्ट (बेहोशी के डॉक्टर) आपके हाथ के पिछले हिस्से (हथेली की उलटी तरफ़) में लगी एक छोटी ड्रिप के ज़रिए आपको बेहोश करते हैं और पूरे समय आपकी देखभाल करते हैं।
- **रीजनल ब्लॉक:** आपकी गर्दन या बगल में नर्व (तंत्रिका) के आसपास लोकल एनेस्थेटिक का इंजेक्शन लगाया जाता है, जिससे पूरी बांह कई घंटों के लिए सुन्न हो जाती है। आपको नींद की दवा (सेडेशन) भी दी जा सकती है ताकि आप सर्जरी के दौरान सोते रहें, लेकिन आपको वेंटिलेटर (सांस की मशीन) पर नहीं रखा जाता।
- **लोकल एनेस्थीसिया:** छोटे ऑपरेशन (जैसे ट्रिगर फिंगर रिलीज़ (उंगली के अटकने को ठीक करने का ऑपरेशन)) अक्सर उस हिस्से को सुन्न करके किए जा सकते हैं, जबकि आप पूरी तरह जागे रहते हैं, कभी-कभी हल्की नींद की दवा के साथ।

आपके एनेस्थेतिस्ट ऑपरेशन के दिन आपसे विकल्पों पर बात करेंगे। चुनाव ऑपरेशन, आपके सामान्य स्वास्थ्य, और आपकी पसंद पर निर्भर करता है।

ऑपरेशन के दिन क्या उम्मीद करें

आप अपने तय ऑपरेशन थिएटर के समय से 1-2 घंटे पहले पहुंचेंगे। एक नर्स जांचेगी कि आपने उपवास किया है, ड्रिप लगाएगी, और अंतिम सहमति फ़ॉर्म (कंसेंट फ़ॉर्म) आपके साथ पढ़ेगी। ऑपरेशन थिएटर में जाने से पहले एनेस्थेतिस्ट आपसे खुद मिलेंगे।

सर्जरी के बाद आप रिकवरी एरिया में जायेंगे। अगर आपको रीजनल ब्लॉक दिया गया था, तो आपकी बांह भारी और सुन्न महसूस होगी; यह सामान्य है और 8-24 घंटे तक रहता है। **सुन्न बांह की रक्षा करें:** उसे स्लिंग (बांह को सहारा देने वाली पट्टी) में रखें, उस पर टेक न लगाएं, और उसे गर्म रखें। महसूस होना धीरे-धीरे लौटता है, अक्सर कुछ झुनझुनी के साथ।

पहले कुछ घंटों में जी मिचलाना, उर्नीदापन, और गले में खराश (सांस की नली के कारण) आम हैं। धीरे-धीरे पिएं, हल्का खाएं, और आराम करें।