

## ለታካሚዎች የመጻፍ መመሪያ

እባክዎትን የሚደረገው የህክምና ሂደት ማደንዘዥ የሚያካትት ከሆነ እነዚህን መረጃዎች በጥንቃቄ ይከተሉ። እነዚህን መመሪያዎች አለመከተል ሂደቱ ላይ ችግር ሊያስተልፍ ሂደቱ እንዲዘገይ ወይም ሌላ ቀጠሮ መያዝ ሊያስፈልግ ይችላል።

### አስፈላጊ ማስታወሻዎች:

- ሂደቱ እስኪጠናቀቅ ድረስ **GLP-1 መድሃኒቶች** (ማለትም Wegovy®፣ Ozempic®፣ Mounjaro®፣ Zepbound® ወይም ሌሎች) እንዳይጀምሩ።
- **GLP-1 መድሃኒት ባለፉት 5 ሳምንታት ውስጥ ካቋረጡ** GLP-1 ልዩ አመጋገብና ምንም መመሪያ መከተል ይኖርበታል። እባክዎትን ሂደቱ ከመመሩ በፊት ይህን መድሃኒት መውሰድ ማቋረጡን ለአቅራቢዎ ያሳውቁ።
- **ጨዳራ በፍጥነት አለመፍጨት ያለባቸው ታካሚዎች** ሂደቱ ከመካሄዱ ከ48 ሰዓት በፊት በቀላሉ መፈጨት የሚችሉና ዝቅተኛ የሰብ መጠን ያላቸውን ምግቦች መመገብ ይኖርባቸዋል።
- **ለረጅም ሰዓት መጻፍ ሂደቱ ደህንነቱ የተጠበቀ እንዲሆን ሌሎች ተያያዥ ችግሮችን ለመቀነስ ይረዳል።** ቀዶ ጥገና ባለሙያ በዚህ መመሪያ ውስጥ ካለው ጊዜ የበለጠ እንዲያሙ ከነገሮት የቀዶ ጥገና ባለሙያውን መመሪያ ይከተሉ። እንዲያሙ የተነገሮት ሰዓት እዚህ መመሪያ ካለው ያነሰ ከሆነ ደግሞ በዚህ ሰነድ ላይ ያለውን መመሪያ ይከተሉ።

### መደበኛ የመጻፍ መለኪያዎች

ሰዓት	መመሪያዎች
ሂደቱ ከመካሄዱ 11 ጊዜ ማታ	ደረቅ ምግቦችን፣ ሾርባ፣ ወይ ንፁህ ያልሆኑ ፈሳሾችን መጠቀም ያቁሙ። <i>ከዚህ ጊዜ በኋላ ተቀባይነት ያላቸው ንጹህ ፈሳሾች (ከዚህ በታች የተዘረዘሩት) ብቻ ሊኖሩዎት ይችላሉ።</i>
ሂደቱ ከመካሄዱ ከ6 በፊት	ለህጻናት፣ የጨቅላ ወተትን ያቁሙ
ሂደቱ ከመካሄዱ ከ4 በፊት	ለህጻናት፣ የጡት ወተት ማቆም
ሂደቱ ከመካሄዱ ከ2 በፊት	ሁሉንም ነገር በአፍ ያቁሙ

### GLP-1 እና ጨዳራ በፍጥነት ለማይፈጭላቸው ሰዎች የምን ቅድመ ሁነት

ሰዓት	መመሪያዎች
ሂደቱ ከመካሄዱ ከ24 በፊት	ቀዶ ጥገና ከመካሄዱ ከ24 ሰዓት በፊት ደረቅ ምግቦች፣ ሾርባ እንዳይበሉ ወይም ንፁህ ያልሆኑ (ናን ክሊር) ፈሳሾችን እንዳይጠጡ። ቀዶ ጥገና በሚካሄድበት 24 ሰዓት ውስጥ እንዲወሱ የተፈቀደሎትን ንፁህ መጠጦች (ከታች ተዘርዝረዋል) ብቻ ይውሱ። ሂደቱ የሚካሄድበትን ሰዓት የሚያውቁ ከሆነ ሂደቱ ከሚካሄድበት ቀን አስቀድመው ደረቅ ምግቦች፣ ሾርባ ወይም ናን ክሊር መጠጦችን ከ 7 ጊዜ ማታ በፊት እንዳይወሱ።
ሂደቱ ከመካሄዱ ከ8 በፊት	ከፍተኛ ካርቦሃይድሬት ያላቸውን መጠጦች መጠጣት ያቁሙ (ማለትም Clear Fast® እንዲሁም Ensure Pre-Surgery Clear Carbohydrate Drink)
ሂደቱ ከመካሄዱ ከ4 በፊት	ሁሉንም ነገር በአፍ ያቁሙ

**የንጹህ ፈሳሾች ፍቺ:** ውሃ፣ የአፕል ጭማቂ፣ የሰፖርት መጠጦች (ማለትም Gatorade®) እና ጥቁር ቡና ወይም ሻይ ያለ ወተት፣ ከሬም ወይም ማር።

አጠቃላይ የዝግጅት መመሪያዎች: ለሂደትዎ ለመዘጋጀት የሚረዱዎትን ተጨማሪ መመሪያዎችን ለማግኘት [www.inova.org/prepare](http://www.inova.org/prepare) ይጎብኙ።