# مریضوں کے لیے خالی پیٹ رہنے کی ہدایات

اگر آپ کے پروسیجر میں بے حس کرنا یا سکون پہنچانا شامل ہے تو برائے مہربانی ان ہدایات پر احتیاط سے عمل کریں۔ ان ہدایات پر عمل نہ کرنے سے پیچیدگیوں کا خطرہ بڑھ سکتا ہے اور آپ کا پروسیجر مؤخر کیا جا سکتا یا دوبارہ شیڈول کیا جا سکتا ہے۔

**اہم نوٹس:**

- جب تک آپ کا پروسیجر ہو نہ جائے تب تک کوئی بھی **GLP-1 دوا** (یعنی Wegovy®, Ozempic®, Mounjaro®, Zepbound® یا دیگر دوائیں) **نہ شروع کریں۔**
- **اگر آپ نے گزشتہ 5 ہفتوں میں کوئی GLP-1 دوا روکی ہے تو**، آپ کو غذا اور خالی پیٹ رہنے سے متعلق خصوصی GLP-1 ہدایات پر عمل کرنا ہوگا۔ برائے مہربانی اپنے فراہم کنندہ کو پروسیجر سے پہلے بتائیں کہ آپ نے یہ دوا روکی ہے۔
- **وہ مریض جن کا معدہ دیر سے خالی ہوتا ہے** انھیں اپنے مقررہ پروسیجر سے 48 گھنٹے پہلے کم چربی والی اور آسانی سے ہضم ہو جانے والی غذائیں استعمال کرنی چاہئیں۔
- **اس سے بھی زیادہ دیر تک خالی پیٹ رہنا زیادہ محفوظ ہوتا ہے اور یہ پیچیدگیوں کا خطرہ کم کرنے میں مدد کرتا ہے۔** اگر آپ کا سرجن یہ کہتا ہے کہ آپ ان ہدایات سے بھی زیادہ دیر تک خالی پیٹ رہیں تو، اپنے سرجن کی ہدایات پر عمل کریں۔ اگر خالی پیٹ رہنے کا وقت اس سے کم ہو تو، اس دستاویز میں دی گئی ہدایات پر عمل کریں۔

### معیاری خالی پیٹ رہنے کے تقاضے

| وقت | ہدایات |
|---|---|
| آپ کے پروسیجر کے وقت سے پہلے والی **رات کو رات 11 بجے** | ٹھوس غذائیں، سوپ لینا، یا غیر شفاف سیال پینا روک دیں۔<br>*اس وقت کے بعد آپ صرف قابل قبول شفاف سیال (نیچے درج فہرست) لے سکتے ہیں۔* |
| اپنے پروسیجر کے وقت سے **6 گھنٹے** پہلے | بچوں کے لیے، شیرخوار فارمولہ روک دیں |
| اپنے پروسیجر کے وقت سے **4 گھنٹے** پہلے | بچوں کے لیے، چھاتی کا دودھ روک دیں |
| اپنے پروسیجر کے وقت سے **2 گھنٹے** پہلے | منہ کے ذریعہ لی جانے والی ہر چیز روک دیں |

### GLP-1 اور دیر سے معدہ خالی ہونے سے متعلق تقاضے

| وقت | ہدایات |
|---|---|
| اپنے پروسیجر کے وقت سے **24 گھنٹے** پہلے | اپنی سرجری کے وقت سے 24 گھنٹے پہلے، ٹھوس غذائیں، سوپ نہ لیں، نہ ہی غیر شفاف سیال پیئیں۔ *آپ اپنے سرجری کے وقت سے 24 گھنٹوں کے اندر صرف قابل قبول شفاف سیال (نیچے درج فہرست) لے سکتے ہیں۔ اگر کو اپنے پروسیجر کا وقت نہیں معلوم ہے تو، اپنے پروسیجر سے پہلے والے دن کو صبح 7 بجے ٹھوس غذائیں، سوپ لینا، یا غیرشفاف سیال پینا روک دیں۔* |
| اپنے پروسیجر کے وقت سے **8 گھنٹے** پہلے | زیادہ کاربوہائیڈریٹ والے خصوصی سیال پینا بند کر دیں (مثلاً Clear Fast® اور Ensure (Pre-Surgery Clear Carbohydrate Drink |
| اپنے پروسیجر کے وقت سے **4 گھنٹے** پہلے | منہ کے ذریعہ لی جانے والی ہر چیز روک دیں |

**شفاف سیال کی تعریف:** پانی، سیب کا رس، اسپورٹس ڈرنکس (یعنی Gatorade®)، اور **بغیر** دودھ، کریم یا شہد والی کالی کافی یا چائے۔

**عمومی تیاری کی ہدایات:** آپ کے پروسیجر کی تیاری میں مدد کی خاطر اضافی ہدایات کے لیے، www.inova.org/prepare ملاحظہ کریں۔