

PATIENT INFORMATION

# Pagpupuyat Bago ang Operasyon: Ano ang Maaari Mong Kainin at Inumin, at Bakit



Paggutom bago ang anestesia: walang pagkain o inumin sa oras na inirerekomenda.

Kieran Hirpara © ⓘ ⓘ 4.0

Ang pahinang ito ay isinalin ng makina at hindi pa nasusuri ng isang doktor. Ang **bersyong Ingles** ang siyang opisyal.

Sa araw ng operasyon, ang dalawang bagay ang pinakamahalaga para sa iyong kaligtasan: ang uri ng anestesia na gagamitin sa iyo, at kung gaano ka-katapangan na susundin ang mga instruksyon sa pagpupuyat na ibinigay sa iyo.

## Bakit kami ay humihingi na magpudyo

Ang pangkalahatang anestesia ay nagpapahina ng mga kalamnan na karaniwang pumipigil sa nilalaman ng tiyan na bumalik pataas sa lalamunan. Kung puno ang iyong tiyan, maaaring dumulas ang mga materyales na iyon sa iyong baga habang ikaw ay walang malay, na maaaring maging seryoso. Ang pagpudyo ay naglilinis ng tiyan upang hindi mangyari ito.

Ang mga pamantayang alituntunin ay:

- **Walang pagkain o gatas sa loob ng 6 oras** bago ang iyong itinakdang oras ng pagdating. Kasama rito ang mga lollipop, tsokolate, at tsaa o kape na may gatas.
- **Ang malinaw na likido ay pinapayagan hanggang 2 oras bago:** tubig, itim na tsaa, itim na kape, katas ng mansanas, malinaw na cordial. Inumin nang dahan-dahan, huwag biglaan.
- **Itigil ang lahat ng malinaw na likido 2 oras bago ang pagdating.**

Kung mayroon kang karaniwang gamot para sa presyon ng dugo o epilepsy sa umaga, inumin ito kasama ng kaunting sip ng tubig maliban na lamang kung ang iyong anesthesiologo ay nagbigay ng ibang payo. Ang mga

gamot para sa diyabetes at mga gamot na nagpapapayat ng dugo ay iba; sundin ang partikular na nakasulat na payo na ibinigay sa iyo.

## Mga uri ng anestesia na aming ginagamit

---

Karamihan sa mga operasyon sa itaas na bahagi ng katawan ay isinasagawa sa ilalim ng isa sa tatlong pamamaraan, minsan ay pinagsama-sama:

- **Pangkalahatang anestesia:** lubos kang natutulog. Ang anesthesiologo ay magpapatulog sa iyo sa pamamagitan ng maliit na drip sa likod ng iyong kamay at mag-aalaga sa iyo sa buong oras.
- **Regional block:** inilalagay ang lokal na anestesia sa paligid ng mga nerbiyos sa iyong leeg o kilikili, na nagpapabango sa buong braso para sa ilang oras. Maaari ka ring bigyan ng sedation upang matulog ka habang ginagawa ang operasyon, ngunit hindi ka nakakabit sa ventilator.
- **Lokal na anestesia:** ang mga maliit na operasyon (tulad ng pagpapalaya ng trigger finger) ay madalas na maaaring gawin sa pamamagitan ng pagpapabango sa lugar at pagiging ganap na gising ng pasyente, minsan ay may kasamang magaan na sedation.

Tatalakayin ng iyong anesthesiologo ang mga pagpipilian sa iyo sa araw ng operasyon. Ang pagpili ay nakadepende sa operasyon, sa iyong pangkalahatang kalusugan, at sa kung ano ang iyong kagustuhan.

## Ano ang inaasahan sa araw ng operasyon

---

Dumarating ka 1–2 oras bago ang iyong itinakdang oras sa operating room. Isusuri ng isang nars ang iyong fasting, ilalagay ang IV drip, at tatalakayin ang huling consent form. Makikita ka ng anesthesiologo nang personal bago ka dalhin sa operating room.

Pagkatapos ng operasyon, gising ka sa recovery area. Kung may regional block ka, mabibigat at mamamanhid ang iyong braso; normal ito at tumatagal ng 8–24 oras. **Protektahan ang mamamanid na braso:** itabi ito sa sling, huwag itong gamiting suporta, at panatilihin mainit. Dahan-dahan bumabalik ang pakiramdam, madalas kasama ang ilang pakiramdam ng tusok-tusok (pins and needles).

Ang pagsusuka, pagkahilo, at sakit sa lalamunan (mula sa breathing tube) ay karaniwan sa unang ilang oras. Kumain at uminom nang dahan-dahan, at magpahinga.

## Mas malalim na pagsusuri

---

Ang seksyong ito ay lumalabas nang mas malalim kung bakit ganito ang mga alituntunin. Hindi ito kinakailangan upang sundin ang iyong mga instruksyon sa pagpupugay, ngunit naglalarawan ito ng pisyolohiya sa likod nito.

## BAKIT MAHALAGA ANG PAGIGING WALANG LAMAN NG TIYAN: ANG PANGANIB NG ASPIRATION

Kapag ikaw ay gising, ang mga reflex sa itaas ng iyong lalamunan ang nag-iingat na hindi pumasok sa iyong lalamunan at trakea ang mga nilalaman ng iyong tiyan. Ang general na anastesya ang nagpapahinto sa mga reflex na iyon. Kung may pagkain o likido pa rin ang iyong tiyan, maaari itong bumalik pataas at pumasok sa mga baga, isang problema na tinatawag na **aspiration**. Ang mga nilalaman ng tiyan ay may asido, kaya maaari nitong magdulot ng pamamaga sa mga baga at magdulot ng seryosong impeksyon sa dibdib. Ang pag-aayuno ay nagpapawalang laman ng tiyan upang maging kaunti ang maaaring ibalik pataas, at ito ang pinakamalaking dahilan ng mga alituntunin.

## BAKIT ANIM NA ORAS PARA SA PAGKAIN NGUNIT DALAWA LAMANG PARA SA MALINAW NA LIKIDO

Ibinubuhos ng tiyan ang iba't ibang bagay sa iba't ibang bilis. Ang matitigas na pagkain at mga inuming gatas ay dahan-dahang binubulok, kaya't nangangailangan sila ng humigit-kumulang **anim na oras** upang malinis. Ang **mga malinaw na likido** tulad ng tubig, itim na tsaa o kape, at malinaw na katas ng prutas ay dumadaan sa loob ng ilang oras, kaya't pinapayagan ang ilang haplos ng tubig hanggang sa **dalawang oras** bago ang operasyon. Ang kasalukuyang gabay ay aktibong nagpapahikayat ng pag-inom ng malinaw na likido hanggang sa dalawang orang puntong iyon, dahil mas mainam na maging maayos ang hydration bago pumasok sa operasyon kaysa maging tuyo sa loob ng kalahating araw, at hindi ito nagdaragdag sa panganib ng aspiration.

## PAANO GUMAGANA ANG MGA PAGPIPILIAN SA ANESTESIA

Ang **pangkalahatang anestesia** ay nakakaapekto sa utak upang panatilihin ganap kang walang malay at hindi nakakaalam sa panahon ng operasyon. Ang **regional block** naman ay gumagana sa mas malalayong bahagi ng mga nerbiyos: inilalagay ang lokal na anestesia sa paligid ng pangkat ng mga nerbiyos na nagbibigay-suplay ng braso (sa leeg o sa kilikili), na pansamantalang humahadlang sa mga signal na dumadaloy sa mga ito, kaya ang braso ay nagnunumb at mabigat at nananatiling walang sakit sa loob ng maraming oras pagkatapos mong gumising. Karaniwang pinagsasama ang dalawa, na nagbibigay ng maayos na anestesia kasama ang built-in na pagpapagaan ng sakit para sa unang araw.

## Tumawag sa amin kung

---

- Hindi ka sigurado sa iyong mga gamot sa umaga ng operasyon
- Nagkasakit ka (lamig, lagnat, sakit sa tiyan) sa mga araw bago ito
- Hindi mo sinadya kumain o uminom sa loob ng panahon ng pagpupugay; sabihin ito sa check-in, huwag lang mag-asa na okay