

Анестезията и теглото Ви

Тази листовка съдържа обяснение защо и как допълнителната телесна маса може да причини допълнителни трудности и рискове по време на операция и анестезия. Тя също така посочва какво може да се направи преди, по време на и след операция, за да се ограничат тези рискове.

Въведение

Ако страдате от затлъстяване и планирате да се оперирате, може да сте изложени на по-голяма опасност от усложнения заради излишното тегло. Те могат да бъдат причинени от самата операция или от анестезията, от която се нуждаете за процедурата.

Затлъстяването често се разглежда като социален проблем, но доколкото се отнася до болничната грижа, не трябва да очаквате да се отнасят с Вас по различен начин или да се чувствате в неравностойно положение. Болниците от НЗС осигуряват най-високия стандарт на грижа за Вас и имат политики, които целят да запазят достойнството Ви. Анестезиолозите и хирурзите разглеждат затлъстяването не по осъждащ начин, а като медицинско състояние, което предполага по-голям риск по време на операция. Затова е важно всеки да говори открито за рисковете и тревогите, тъй като това ще повиши шансовете за успешни операция и възстановяване.

Анестезиолозите са обучени да се справят с потенциалните проблеми при пациенти, страдащи от затлъстяване. Обществото по затлъстяване и бариатрична анестезия (ОЗБА) (www.sobauk.co.uk) е основано, за да насърчава по-добро обучение на анестезиолозите и по-добра грижа за пациенти, страдащи от затлъстяване.

Как да разберете, че страдате от затлъстяване

Индексът на телесната маса (ИТМ) помага да разберете дали теглото Ви е здравословно за ръста Ви. Можете да разберете какъв е вашият ИТМ, използвайки ИТМ калкулатора за здравословно тегло на НЗС:

www.nhs.uk/live-well/healthy-weight/bmi-calculator

ИТМ класификация

Поднормено тегло	Под 18.5
Здравословно тегло	Между 18.5 и 24.9
Наднормено тегло	Между 25 и 29.9
Затлъстяване	Между 30 и 39.9
Патологично затлъстяване	Над 40

Обиколката на талията също е показател дали имате прекалено много мазнини около стомаха, което повишава риска от сърдечни болести, диабет и инсулт.

Без значение какви са Вашите ръст или ИТМ, трябва да се опитате да отслабнете, ако обиколката на талията Ви е:

- 94cm (37 инча) или повече за мъже
- 80cm (31.5 инча) или повече за жени.

Изложени сте на много голям риск и трябва да се свържете с Вашия общопрактикуващ лекар, ако обиколката на талията Ви е:

- 102cm (40 инча) или повече за мъже
- 88cm (34 инча) или повече за жени.

Източник: НЗС Здраве А-Я (www.nhs.uk/conditions).

Медицински състояния, свързани със затлъстяването, анестезия и рискове

Диабет тип 2

Това се случва, когато тялото Ви стане резистентно към хормона инсулин, който регулира нивото на кръвната захар.

- Диабет тип 2 се появява на по-късен етап в живота и се свързва със затлъстяването.

Недобре контролираният диабет води до проблеми като:

- заболяване на бъбреците
- сърдечни заболявания
- загуба на зрение

- проблеми с кръвообращението в краката и ходилата, които могат да доведат до ампутации
- увреждане на нервите, което води до изтръпване, загуба на функция или болка.

Можете да научите повече за диабет тип 2 на:

www.nhs.uk/conditions/type-2-diabetes

Диабет тип 2 и анестезия

Пациентите с диабет са изложени на по-висок риск от инфекция след операция, тъй като възстановяването им може да е по-бавно. Рискът от инфекция се увеличава с повишаване нивото на кръвната захар, затова е важно да се контролира кръвната захар около времето на операцията.

Ако страдате от диабет, трябва внимателно да следите нивата на кръвната си захар преди операцията, за да ограничите всякакъв потенциален риск. Говорете своевременно с общопрактикуващия си лекар, за да прецени дали трябва да предприеме някакви промени в лечението Ви.

Обструктивна сънна апнея (ОСА)

ОСА е относително често срещано състояние при възрастни, страдащи от затлъстяване, тъй като имат повече мастна тъкан в областта на врата и езика. По време на сън стените на гърлото се отпускат и се стесняват, което пречи на нормалното дишане и на съня.

ОСА може да доведе до:

- прекъсване на дишането през нощта
- натоварване на сърцето и дробовете
- лош сън
- прекомерна умора през деня
- неравномерно дишане, което може да причини натрупване на въглероден диоксид и намаляване на нивата на кислород.

Можете да научите повече за ОСА на: www.nhs.uk/conditions/sleep-apnoea

ОСА и анестезия

Средната и тежката ОСА могат да Ви направят много чувствителни към успокоителни, алкохол, болкоуспокояващи или анестетици. Тези лекарства могат да влошат симптомите на ОСА. За щастие, често са възможни алтернативи като спинална или местна упойка. Вижте раздела за ограничаване на риска (стр. 5).

Ако Вие или партньорът Ви смятате, че може да страдате от ОСА, трябва да потърсите общопрактикуващия си лекар, за да ви насочи към специализирана клиника, където да проверят дали отговаряте на условията за апарат за продължително положително налягане на въздушния поток (CPAP). Това е малка помпа, която осигурява непрекъснатото подаване на компресиран въздух чрез плътна маска, която покрива носа или носа и устата докато спите. Компресираният въздух предотвратява затварянето на гърлото Ви.

Ако се използва правилно, СРАР устройството може да промени живота ви, като Ви помага да спите добре, да се чувствате по-будни през деня, да имате повече енергия и да отслабнете.

Също така намалява натоварването на сърцето Ви, което спира хъркането и помага за по-добър сън. Важно е също, че СРАР устройството Ви позволява да понасяте по-силни болкоуспокояващи по-безопасно.

Много е важно да носите Вашата лична СРАР машина в болницата със себе си, за да можете да я използвате веднага след операцията. Ако не можете да използвате СРАР машина, трябва да уведомите Вашия хирургичен екип, за да могат да организират алтернативна подкрепа и да гарантират, че операцията Ви може да се състои.

Тромбоза (кръвни съсиреци)

Затлъстяването увеличава риска от развитие на кръвни съсиреци. Кръвните съсиреци в сърцето, белите дробове или мозъка могат да Ви убият.

Рискът от тромбоза също се увеличава при хора, които пушат, хора с предсърдно мъждене (аритмии или неравномерен сърдечен ритъм), раковоболни, хора със счупени дълги кости или всеки пациент, който е прикован към леглото за дълго време. Колкото повече са рисковите фактори, толкова по-голям е шансът за тромбоза.

Тромбоза и анестезия

Шансът за развитие на тромбоза по време на и след операцията може да бъде по-висок при хора, които страдат от затлъстяване. Този риск може да бъде минимизиран като бъдете максимално подвижни преди и след операцията.

Персоналът в болницата ще обсъди с Вас стъпки, които могат да бъдат предприети за намаляването на този риск. Това могат да бъдат:

- носене на компресивни чорапи (медицинската Ви сестра ще Ви помогне да ги обуете)
- използване на интермитентна пневматична компресия – тези ботуши стискат долната част на краката Ви, за да поддържат движението на кръвта по време на цялата операция и по време на ранното възстановяване
- ранна мобилизация – за повечето видове операции това означава да станете от леглото в деня на Вашата операция или на следващия ден
- в зависимост от вида на вашата операцията, може да Ви бъдат предписани таблетки или инжекции за разреждане на кръвта. Може да се наложи да ги приемате и у дома.

Затлъстяването напруга сърцето, тъй като то трябва да работи по-усилено, за да изпомпва кислород из тялото Ви. Това често се свързва с високо кръвно налягане и висок холестерол, което в крайна сметка може да доведе до сърдечни заболявания. Неравномерният сърдечен ритъм (аритмии), инсултите и бъбречните заболявания също са по-чести, ако имате затлъстяване.

Сърдечни заболявания и анестезия

Анестезията и операцията могат да доведат до допълнителен стрес върху тялото и сърцето. Затлъстяването може да увеличи риска от инфаркт или сърдечна недостатъчност или аритмии по време на и след операцията.

Ако имате високо кръвно налягане или някакви проблеми със сърцето, те трябва да бъдат добре контролирани преди операцията, за да се намалят всякакви потенциални рискове. Проверете кръвното си налягане си много преди операцията – някои GP клиници имат автоматизирани машини, така че можете да се отбиете по всяко време. Ако е високо, Вашият личен лекар може да провери Вашите лекарства и да направи необходимите промени преди операцията.

Киселини в стомаха

Киселините са усещане за парене в гърдите, причинено от стомашна киселина, която погрешно тръгва нагоре към гърлото (киселинен рефлукс). Пациентите с наднормено тегло или със затлъстяване са по-склонни да развият това състояние.

Киселини в стомаха и анестезия

При киселини в стомаха има повишен риск стомашното съдържание да се разлее в белите дробове по време на анестезия. Често се използва дихателна тръба за намаляване на този риск. Поставянето на дихателни тръби обаче може да бъде по-трудно при някои пациенти с наднормено тегло или със затлъстяване.

Полезно е да отслабнете преди операцията и да използвате редовно антиацидни лекарства, включително в деня на операцията.

Допълнителни рискове и усложнения

Съвременната обща анестезия всъщност е много безопасна. Ако обаче имате значителни нива на наднормено тегло, извършването на определени процедури по време на операция и анестезия може да бъде по-трудно и може да отнеме повече време, като например:

- намиране на вена за подаване на лекарства и течност. Това може да отнеме значително време и може да доведе до посиняване по ръцете Ви, но е от съществено значение за прилагането на упойката
- наблюдение на кръвното Ви налягане
- правилно коригиране на дозите успокоителни лекарства, особено ако имате ОСА
- поставяне на дихателна тръба в гърлото, за да помогне при дишането Ви по време на операцията (вентилация). Вашето ниво на кислород може да спадне много бързо, ако има някакво забавяне. Подаването на кислород преди упойка може да помогне за намаляване на този риск
- трудности при преместването Ви в правилната позиция за Вашата операция. Може да бъдете помолени сами да заемете необходимата позиция на операционната маса, за да намалите нуждата персонала да Ви премести. Допълнително тегло може да доведе до повишен риск от рани от залежаване

- повишен риск от инфекции на гърдния кош и инфекции на рани след операцията
- увеличена продължителност на престоя в болница след операция.

В допълнение, при пациентите със затлъстяване възстановяването след упойка може да отнеме повече време.

Намаляване на риска

Използване на техники за регионална анестезия вместо обща анестезия

При някои процедури можете да избегнете рисковете от обща анестезия, като се постави регионална анестезия и останете в съзнание (будни).

Понякога може да Ви бъде предложена седация, за да Ви отпусне. При други процедури може да се постави регионална анестезия, както и обща анестезия. Нервите около частта от тялото Ви, която се нуждае от операцията, ще бъдат изтръпнали. Ако процедурата е в долната част на тялото, може да е подходяща епидурална или спинална упойка. Член на екипа ще се грижи за Вас по време на процедурата и няма да можете да видите самата операция.

Друго предимство на регионалната анестезия е, че може да Ви позволи да бъдете отново мобилни по-рано след операцията, намалявайки риска от тромбоза.

Можете да научите повече за нервните блокове и спиналните упойки от нашите листовки *Нервни блокове при операция на рамото, ръката или дланта* и *Вашата спинална упойка*, които са достъпни от нашия уебсайт:

www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/bulgarian

Регионалният блок обаче може да бъде по-труден за поставяне, ако имате затлъстяване. При някои хора използването на тази техника може да е невъзможно. Като се имат предвид потенциалните ползи и намаляване на риска, обикновено си струва да се разгледа регионалната анестезия като алтернатива на общата анестезия.

Вашият анестезиолог ще обсъди с Вас възможните опции за анестезия за Вашата операция и възможните рискове, когато посетите клиниката за предоперативна оценка или в деня на операцията.

Подобряване на начина на живот преди операцията

При планирана операция има много неща, които можете да направите, за да намалите риска и да направите процедурата възможно най-безопасна. Можете да предприемете следните стъпки, докато чакате за операция, за да намалите шансовете си от усложнения и да ускорите възстановяването си.

Отслабване

Отслабването преди операция има много предимства.

- При лапароскопия, отслабването с дори на няколко килограма и поддържането на диета с ниско съдържание на мазнини, ниско съдържание на захар и по-високо съдържание на протеини преди операцията може да намали количеството мазнини в коремната кухина. Това може също така да намали размера на Вашите вътрешни органи, особено на черния дроб, което дава на хирурга повече пространство да оперира.
- Затлъстелият черен дроб е често срещано заболяване при възрастни със затлъстяване. Диетата с ниско съдържание на мазнини в продължение на две седмици преди операцията е важна и може да помогне за подобряване на чернодробната функция.
- Ако Ви предстои операция на кости или стави, това улеснява движението и физиотерапията след операцията.
- Напредналите техники за облекчаване на болката, извършвани от анестезиолози, като епидурални и спинални анестетици, стават по-лесни за изпълнение и следователно е по-вероятно да бъдат ефективни.
- Това ще намали рисковете от дихателни проблеми, сънна апнея, инфекция на гръдния кош и образуване на кръвни съсиреци след упойката. Освен това е важно да се храните здравословно, за да осигурите адекватни нива на витамини и протеини, които да помогнат на тялото Ви да се възстанови след операцията.
- Това ще Ви помогне да контролирате съществуващи медицински състояния, като диабет и ОСА.

Спиране на пушенето и употребата на алкохол

Пушенето намалява количеството кислород, което може да се пренася в кръвта Ви, и уврежда някои от механизмите, които предпазват белите Ви дробове от инфекция. Спирането на тютюнопушенето, в идеалния случай за поне шест седмици преди операцията, помага за повишаването на нивото на кислород в кръвта. Това прави Вашата упойка по-безопасна, подобрява зарастването на рани и намалява риска от следоперативна кашлица и инфекции на гръдния кош.

Ако спрете да пиете и алкохол преди операцията, това подобрява функцията на черния дроб и намалява тежестта на ОСА.

Увеличаване на физическите упражнения

Повишаването на нивата на активност преди операция може да доведе до значима разлика в това колко добре и бързо ще се възстановите след операцията. Физическите упражнения не само подпомагат отслабването, но също така подобряват функциите на сърцето и белите дробове.

Ако сте възможно най-подвижни преди и след операцията, това може също така да намали риска от образуване на кръвни съсиреци. Може също така да обмислите правенето на специфични упражнения за увеличаване на мускулната Ви сила, например за подпомагане на нова ортопедична става, на тазовото Ви дъно или на други части на Вашето тяло, в зависимост от вида на операцията Ви.

Моля, обсъдете с Вашия лекар какви упражнения са безопасни за Вас.

В деня на операцията

Трябва да приемате лекарствата си както са Ви били предписани до деня на операцията. Донесете всичките си лекарства и инхалатори със себе си в болницата. Болницата ще Ви посъветва, ако трябва да спрете да приемате някое лекарство. Това е от особена важност, ако приемате някакви лекарства, които разреждат кръвта. Ако не спазвате инструкции как да приемате лекарствата си преди Вашата операцията, тя може да бъде отменена.

В болницата трябва да Ви дадат ясни инструкции относно спиране на храненето и пиенето. Тези инструкции са важни. Ако в стомаха Ви има храна или течности докато сте под упойка, те могат да попаднат в гърлото и в белите Ви дробове, което би застрашило Вашия живот.

Преди операцията

- Вашите височина, тегло и ИТМ ще бъдат проверени отново при постъпване. Тогава ще може да се използва оборудване, подходящо за Вашето тегло, по време на грижата за Вас.
- Ще Ви бъдат дадени подходяща по размер болнична рокля и чифт компресивни чорапи, които да носите по време на Вашата операция.
- Може да бъдете помолени да отидете в операционната зала и да се разположите удобно на операционната маса.
- Вашият анестезиолог ще Ви помоли да вдишате кислород през маска за лице, преди да заспите.
- Към тялото Ви ще бъде прикрепено оборудване, което да следи пулса Ви, кръвното Ви налягане и нивата Ви на кислород по време на операцията.

Веднага след операцията

- Обикновено ще се събудите в стая за възстановяване след операцията и ще Ви помогнат да седнете с изправен гръб, за да подпомогнат дишането Ви.
- Може да се нуждаете от пулверизиращи маски или инхалатори, за да подпомогнете дишането си допълнително.
- Ако имате ОСА и СРАР апарат, персоналът ще Ви помогне да го използвате при нужда.

- При затлъстяването, и особено след някои видове операции, има повишен риск да Ви отведат в отделение с висока степен на зависимост от грижи (HDU) или в интензивно отделение (ICU). Ако това е планирано, ще бъде обсъдено с Вас преди операцията. Повече информация относно планиран предстой в HDU или ICU можете да намерите в нашата листовка *Вашият анестетик при тежка операция*, която се намира на нашия уебсайт: www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/bulgarian

В отделението за възстановяване

- Ако не можете да се движите сами, може да има нужда от допълнителен персонал или специално оборудване, които да Ви помогнат.
- Ако използвате СРАР апарат, персоналът ще Ви помогне в използването му.
- Ще бъдете насърчени да станете и да се раздвижите в деня на Вашата операция. Това ще намали риска от образуване на кръвни съсиреци и ще подобри възстановяването Ви.

Обобщение

Пациентите със затлъстяване обикновено могат да се подложат на същите процедури като други пациенти.

Има повишени рискове, но ако има време преди операцията, тези рискове могат да се намалят чрез отслабване, повече упражнения и спиране на пушенето и пиенето на алкохол.

Благодарности

Бихме искали да благодарим на Weight Concern (www.weightconcern.org.uk) за техните съвети и насоки при изготвянето на този ресурс.

Източници на допълнителна информация

За Вас

- NHS (www.nhs.uk/live-well).
- Вашият личен лекар (GP).
- Подготовка за операция – Fitter Better Sooner (www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/bulgarian).
- Анестезия и рискове (www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/bulgarian).
- Информационни листовки и видео ресурси (www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/bulgarian)
- Диабет ОК/Diabetes UK (www.diabetes.org.uk).

За Вашите доктори

- Общество по затлъстяване и бариатрична анестезия/Society for Obesity and Bariatric Anaesthesia (SOBA) (www.sobauk.co.uk).
- Периоперативно управление на затлъстелия хирургичен пациент (<https://bit.ly/periop-obese-patient>).

Полагаме усилия, за да сме сигурни, че информацията в тази брошура е точна и актуална, но не можем да дадем такава гаранция. Не очакваме, че тази обща информация ще отговори на всички въпроси, които имате, или че ще обхване всичко, което е важно за Вас. Моля, обсъдете алтернативите си и всички притеснения, които имате, с медицинския си екип, като се ръководите от тази брошура. Тази брошура сама по себе си не трябва да се приема като съвет. Тя не може да се използва за търговски или професионални цели. За пълния текст по ограничаване на отговорността, моля натиснете тук (www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/bulgarian).

Всички преводи са предоставени от колектива на Translators Without Borders (Преводачи без граници). Качеството на тези преводи се проверява, за да може преводите да бъдат възможно най-точни, но съществува риск от неточности и неправилно тълкуване на информация.

Кажете ни какво мислите

Приветстваме предложения за подобряване на тази листовка.

Ако имате някакви коментари, които бихте искали да направите, моля, изпратете имейл на: patientinformation@rcoa.ac.uk

Кралски колеж на анестезиолозите

Churchill House, 35 Red Lion Square, London WC1R 4SG
020 7092 1500

www.rcoa.ac.uk

Първо издание, февруари 2020

Тази листовка ще бъде преразгледана в рамките на три години от датата на публикуване.

© 2020 Кралски колеж на анестезиолозите

Тази листовка може да бъде копирана с цел подготвяне на информационни материали за пациентите. Моля, посочете настоящето като оригиналния източник. Ако искате да използвате част от тази листовка в друга публикация, трябва да получите съответното разрешение и да премахнете логата, марките и изображенията. За допълнителна информация, моля свържете се с нас.