

NUCHTER VOOR EEN INGREEP

INHOUD

01	Inleiding	4
02	Nuchter zijn: wat betekent dat?	4
03	Waarom is nuchter zijn belangrijk?	4
04	Voor de ingreep	4
05	Medicatie innemen	5
06	Tot wanneer mag ik eten en drinken?	6
07	Wanneer mag ik opnieuw eten en drinken?	7

01 INLEIDING

Binnenkort onderga je een ingreep onder narcose. Daarvoor moet je nuchter zijn. In deze brochure leggen we je uit waarom dat zo belangrijk is. Heb je na het lezen nog vragen, spreek dan de arts of verpleegkundige aan.

02 NUCHTER ZIJN: WAT BETEKENT DAT?

'Nuchter zijn' wordt in een medische context niet gebruikt als het tegenovergestelde van 'dronken zijn'. Maar wat betekent het dan wel?

Nuchter zijn betekent dat je maag geen voedsel of drank bevat voor en tijdens de ingreep. Bij een ingreep onder narcose moet je nuchter zijn zodat er bij de start van de anesthesie (of verdoving) geen maaginhoud in je longen terechtkomt. Je kan tijdens de narcose immers niet slikken.

Je mag vanaf een vastgelegd moment vóór de ingreep niet meer eten of drinken. Hoelang op voorhand hangt af van het soort eten en drinken (de maag verteert sommige stoffen trager dan andere), van de hoeveelheid, van de ingreep en van het type verdoving.

03 WAAROM IS NUCHTER ZIJN BELANGRIJK?

De algemene verdoving heeft gevolgen voor de maag. Sommige functies van de maag, zoals het samentrekken, het ledigen en de productie van secreties, worden tijdens de ingreep tijdelijk stopgezet. Maaginhoud en maagsappen kunnen vanuit de maag en de slokdarm in je luchtpijp en longen terechtkomen als je niet nuchter bent. Dat is gevaarlijk en kan leiden tot een longontsteking, een ernstige complicatie. Volg dus voor je eigen veiligheid de voorschriften die we je hier geven.

04 VOOR DE INGREEP

Preoperatieve consultatie bij de anesthesist

Als we je voor een ingreep in het ziekenhuis verwachten, ga je enige tijd voor de afgesproken datum op consultatie bij de anesthesist. Dat is de arts die de verdoving zal toedienen. Word je opgenomen voor een verblijf met overnachting, dan komt de anesthesist de avond voor de ingreep bij je op de kamer langs. De anesthesist geeft je uitleg over het verloop van de narcose en de richtlijnen die je vooraf moet volgen.

Preoperatieve vragenlijst

De verpleegkundige geeft je een preoperatieve vragenlijst die je zelf, samen met een familielid of samen met de verpleegkundige invult.

Voedingsadvies

Een goede voedingstoestand bij de start van de operatie helpt om post-operatieve complicaties te voorkomen. De verpleegkundige en/of diëtist begeleidt je en geeft je voedingsadvies zodat je in zo goed mogelijke vorm bent voor de ingreep of het onderzoek.

Nuchterkaartje

Vóór de ingreep hangt de verpleegkundige een 'nuchterkaartje' aan je bed. Daarop staat tot welk moment je mag eten en drinken. Dat tijdstip werd samen met de anesthesist bepaald.

05 MEDICATIE INNEMEN

De arts zal je vertellen welke geneesmiddelen je op de dag van de ingreep nog mag of moet innemen. Je mag daarbij wat water drinken. Onderzoek toont aan dat het voor volwassen patiënten veilig is om de medicatie met een half glas water in te nemen. Meer water of heldere dranken drinken vóór de anesthesie mag niet. Dat verhoogt de urineproductie en kan voor een overvolle blaas zorgen tijdens de narcose.

06 TOT WANNEER MAG IK ETEN EN DRINKEN?

Kinderen

Tijdstip	Enkel nog te eten en te drinken
Tot 6 uur voor de ingreep of procedure 	Lichte maaltijd: witte toast, heldere vloeistoffen en melk Sondevoeding 
Tot 4 uur voor de ingreep of procedure 	Andere melk (incl. poedermelk) 
Tot 3 uur voor de ingreep of procedure 	Moedermelk 
Tot 1 uur voor de ingreep of procedure 	Heldere dranken ¹

Deze richtlijnen gelden ook voor kinderen met:

- ▲ Obesitas
- ▲ Diabetes type I
- ▲ Congenitale hartafwijkingen
- ▲ Reflux
- ▲ Slokdarmatresie in de VG

¹ Onder heldere dranken verstaan we:

- ▲ Water met of zonder suiker, koolzuurhoudende dranken (bv. Aquarius®, Oasis®, Lipton Ice Tea®, AA -drink, Isostar® en Extran®-kruidendrank) en ORS (orale rehydratatieoplossing)
- ▲ Koffie en thee zonder melk
- ▲ Vruchtensap zonder pulp, bv. appelsap. Andere vruchtensappen mét pulp zoals bv. sinaasappelsap mogen niet.

Volwassenen

Tijdstip	Enkel nog te eten en te drinken
Tot 6 uur voor de ingreep of procedure 	Lichte maaltijd: witte toast, heldere vloeistoffen en melk Sondevoeding 
Tot 2 uur voor de ingreep of procedure 	Heldere dranken ¹

Let op: Volwassenen drinken het best extra vocht (400 ml) de avond voor de ingreep én nog eens twee uur vóór de ingreep. Patiënten met ernstig hartfalen die diuretica gebruiken moeten hierbij wel opletten. Bespreek dit met je arts.

Heb je vragen? De verpleegkundige kan je meer informatie geven over het tijdstip waarop de ingreep of het onderzoek gepland staat en over de inname van voeding en vocht voor de operatie.

07 WANNEER MAG IK OPNIEUW ETEN EN DRINKEN?

Na de ingreep verblijf je tijdelijk in de ontwaakruimte (Post-anesthesie zorgafdeling of PAZA). Daar kan je rustig wakker worden. Zodra je toestand het toelaat, komt de verpleegkundige van de afdeling je halen en ga je terug naar je kamer. De verpleegkundige van de ontwaakruimte bespreekt met de verpleegkundige van de afdeling wanneer je opnieuw mag eten en drinken.

Voor de meeste ingrepen volstaat het dat je voldoende wakker bent om te mogen drinken. Als je niet misselijk bent, krijg je een licht verteerbare maaltijd. Beetje bij beetje mag je weer meer eten.

Soms mag je pas eten als de arts daarvoor toestemming geeft. Dat is zo bij sommige maag-darmingrepen of ingrepen aan andere organen in de buikholte en wanneer er een kans bestaat op een heringreep. Als je niet mag drinken, kan je de verpleegkundige vragen om je lippen nat te maken. Je kan ook een ijslolly krijgen om het dorstgevoel te verminderen.

Centrum voor gezonde voeding en diëtik

Nutritieteam

Ingang 12, route 1228

T +32 (0)9 332 21 71

E infodieet@uzgent.be

www.uzgent.be/centrum-voor-gezonde-voeding-en-dietiek

Deze brochure werd enkel ontwikkeld voor gebruik binnen het UZ Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het UZ Gent.

Universitair Ziekenhuis Gent

C. Heymanslaan 10 | B 9000 Gent

T +32 (0)9 332 21 11 | E info@uzgent.be

www.uzgent.be