

Enhanced Recovery After Surgery (ERAS)

FEEL BETTER FASTER

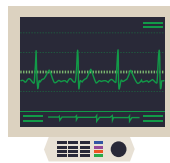
We want you to feel better faster after surgery! The Enhanced Recovery After Surgery (ERAS) program can help us do that. The goal of ERAS is to minimize the impact of surgery on your body so that recovery is easier for you.

HOW DOES ERAS WORK?



1 Before Surgery

- Eat regular foods
- Load up on carbohydrates
- Maintain good bowel management



2 During Surgery

- Local/regional pain medicine
- Closely monitor temperature
- Maintain proper fluid balance



3 After Surgery

- Eat for energy & strength
- Treat pain in multiple ways
- Get moving early and often
- Minimize tubes and drains
- Avoid nausea

WHY ARE CARBOHYDRATES IMPORTANT?

Your bowels require energy (carbohydrates) to function normally.



Traditional prolonged fasting prior to surgery deprives the bowels of its energy source.

We recommend drinking carbohydrate-rich drinks such as Gatorade, Powerade, or ClearFast the morning of surgery.

Prior to surgery, we will call with specific instructions for your child's carbohydrate drinks.



This makes your bowels difficult to wake up and work after your operation.

HOW DOES MOVEMENT AFTER SURGERY HELP?

Moving around is one of the most important things you can do to speed up healing. Starting the evening of surgery, you will practice taking deep breaths and doing other breathing exercises to keep your lungs healthy. Each day after surgery, get out of bed, sit in a chair, and walk or move around as much as possible. Nurses will help you. Movement helps to build strength and get your body back in action so you can go home.



EATING AFTER SURGERY

After surgery, you will begin drinking clear liquids and then start eating solid food when allowed by the doctor. Once a regular diet is approved, it is important that you eat and drink regularly to stay well nourished and hydrated after your operation.



DISCHARGE CRITERIA

Before you leave the hospital, there are a few goals you must achieve.

- Eat and drink well
- Return to your usual mobility level (walking, sitting in wheelchair)
- Pass gas (flatus)
- Patient and family comfortable with all drains and their daily care
- No fevers
- Minimal or manageable pain

WHAT ARE DIFFERENCES BETWEEN ERAS & THE OLD WAY?

Science and surgery have come a long way over the years. Many ways of caring for patients have been either improved upon or have been shown not to be necessary. ERAS has been determined to be effective in improving recovery times and surgery outcomes.

One example of this is carb-loading before surgery to keep the bowels energized and ready to go after surgery. Patients used to wait several days after fasting and then bowel surgery to have a bowel movement. Many times this delayed going home from the hospital.

Another example is the absence of drains and tubes in surgery today. Now, they are used only when absolutely necessary. In the past, patients would come from surgery with a “nose tube” going from the stomach out through the nose. This tube would make it difficult for patients to move around and eat. It was another reason patients would stay in the hospital longer.

Also, some of the medicines that are used to control pain can cause constipation. With ERAS, we combine pain control methods that are effective while keeping the bowels moving.

For more information about ERAS, visit www.erassociety.org.



NOTES

Recuperación Después de la Cirugía (ERAS, por sus siglas en inglés, Enhanced Recovery After Surgery)

SIÉNTASE MEJOR MÁS RÁPIDO

¡Queremos que se sienta mejor más rápido después de la cirugía! El programa Enhanced Recovery After Surgery (ERAS) puede ayudarnos a lograrlo. El objetivo de ERAS es minimizar el impacto de la cirugía en su cuerpo para que la recuperación sea más fácil para usted.

¿CÓMO FUNCIONA ERAS?



1 Antes de la cirugía

- Coma alimentos regulares
- Coma más carbohidratos
- Mantener un buen régimen de evacuación intestinal



2 Durante la cirugía

- Medicina local/regional para el dolor
- Vigilaremos de cerca la temperatura
- Mantendremos el equilibrio de fluido adecuado



3 Después de la cirugía

- Comer para obtener energía y fuerza
- Tratar el dolor de múltiples maneras
- Ponerse en movimiento pronto y con frecuencia
- Minimizar tubos y drenajes
- Evitar las náuseas

¿POR QUÉ SON IMPORTANTES LOS CARBOHIDRATOS?

Sus intestinos requieren energía (carbohidratos) para funcionar normalmente.



El ayuno prolongado tradicional antes de la cirugía priva a los intestinos de su fuente de energía.



Esto les hace difícil de despertar y trabajar después de la operación.

Recomendamos tomar bebidas ricas en carbohidratos como Gatorade, Powerade o ClearFast la mañana de la cirugía. Antes de la cirugía, llamaremos con instrucciones específicas para las bebidas con carbohidratos para su hijo.



¿CÓMO AYUDA EL MOVIMIENTO DESPUÉS DE LA CIRUGÍA?

Moverse es una de las cosas más importantes que puede hacer para acelerar la curación. A partir de la noche de la cirugía, practicará respiraciones profundas y realizará otros ejercicios de respiración para mantener sus pulmones sanos. Todos los días después de la cirugía, salga de la cama, siéntese en una silla y camine o muévase tanto como le sea posible. Las enfermeras le ayudarán. El movimiento ayuda a fortalecer y con la recuperación de su cuerpo para que pueda volver a casa.



COMER DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

Después de la cirugía, comenzará a beber líquidos claros y luego a ingerir alimentos sólidos cuando el médico lo permita. Una vez que se permita una dieta regular, es importante que coma y beba regularmente para mantenerse bien nutrido e hidratado después de su operación.



CRITERIO PARA EL ALTA HOSPITALARIA

Antes de salir del hospital, hay algunas metas que debe alcanzar.

- Comer y beber bien
- Volver a su nivel normal de movilidad (caminar, sentarse en una silla de ruedas)
- Pasar el gas (flatus)
- El paciente y su familia se sienten cómodos con todos los drenajes y su cuidado diario
- Ninguna fiebre
- Dolor mínimo o manejable



¿QUÉ SON LAS DIFERENCIAS ENTRE ERAS & EL MODO QUE SOLÍA HACERSE ANTES?

La ciencia y la cirugía han avanzado mucho a lo largo de los años. Muchas formas de cuidar a los pacientes se han mejorado o se ha demostrado que no son necesarias. Se ha determinado que ERAS es efectivo para mejorar los tiempos de recuperación y los resultados de la cirugía.

Un ejemplo de esto es comer más carbohidratos antes de la cirugía para mantener los intestinos energizados y listos para trabajar después de la cirugía. Los pacientes solían esperar varios días después ayunar y luego la cirugía intestinal para evacuar. Muchas veces esto retrasaría volver a casa desde el hospital.



Otro ejemplo es la ausencia de drenajes y tubos en la cirugía de hoy en día. Ahora, sólo se usan cuando es absolutamente necesario. En el pasado, los pacientes provendrían de una cirugía con un "tubo nasal" que iba desde el estómago a través de la nariz. Este tubo dificultaría a los pacientes moverse y comer. Era otra razón por la que los pacientes se quedaban más tiempo en el hospital.

Además, algunas de las medicinas que se usan para controlar el dolor pueden causar estreñimiento. Con ERAS combinamos métodos para controlar el dolor los cuales son efectivos mientras mantenemos los intestinos en movimiento.

Para obtener más información acerca de las ERAS, visite www.erassociety.org.