

هیستریکتومی (برداشتن رحم)

عمل هیستریکتومی، به طور کلی به برداشتن رحم و گردنه رحم اطلاق می شود. بسته به شرایط بیمار و نوع جراحی هیستریکتومی ممکن است حین جراحی تخمدان ها و لوله های رحم نیز برداشته شود یا باقی بماند. این عمل بعد از سزارین، شایع ترین عمل جراحی زنان است .

روشهای هیستریکتومی:

به طور کلی عمل هیستریکتومی یا (برداشتن رحم) به سه روش کلی انجام می گیرد:

۱. جراحی هیستریکتومی به روش باز

در روش جراحی هیستریکتومی باز، معمولا بر روی جداره شکم یک برش طولی یا عرضی به اندازه ۸ تا ۱۰ سانتی متر ایجاد می شود و رحم از ناحیه خارج می شود.

۲. جراحی هیستریکتومی به روش بسته

در جراحی هیستریکتومی به روش بسته، سه تا چهار سوراخ به اندازه ۵ تا ۱۰ میلی متر بر روی شکم ایجاد می شود و به روش لاپاراسکوپی (به وسیله ابزارهای خاص و دوربینی که از طریق این سوراخ ها وارد بدن می شود) عمل جراحی انجام می شود و رحم تکه تکه از این سوراخ ها خارج می شود

۳. جراحی هیستریکتومی از طریق واژن

از این روش در خانم هایی که زایمان های مکرر داشته اند و علائم افتادگی رحم در آن ها بروز پیدا کرده می توان استفاده کرد.

پس از عمل

- ✓ روز بعد از عمل شما می توانید بلند شده و راه بروید.
- ✓ پانسمان شما روز ترخیص تعویض می شود و پانسمان ضد آب گذاشته می شود.
- ✓ در زمانیکه در بیمارستان هستید، برای بهبود جریان خون و جلوگیری از ایجاد لخته در پاها، لازم است قدم زدن های کوتاه و متعددی داشته باشید.
- ✓ تقریبا ۴ تا ۶ هفته طول می کشد تا به وضعیت طبیعی خود باز گردید. در این مدت باید فعالیت های خود را محدود کنید و استراحت کافی داشته باشید.
- ✓ اگر در طی عمل تخمدان های شما نیز برداشته شده باشد، می توانید درباره کنترل علائم یائسگی با پزشکتان مشورت کنید.
- ✓ اگر تخمدان های شما زیر ۴۵ سالگی برداشته شده باشد، خطر پوکی استخوان شما را تهدید می کند.
- ✓ از پزشک خود بخواهید برنامه ای برای جلوگیری از پوکی استخوان به شما ارائه کند.

✓ بعد از ۶ هفته از زمان عمل، شما می توانید فعالیت جنسی خود را آغاز کنید و برداشتن رحم هیچ اختلالی در این زمینه ایجاد نخواهد کرد.

توصیه های لازم در منزل

- ✓ به مدت دوماه از انجام کارهای سنگین پرهیز کنید.
- ✓ داروها را به موقع استفاده نمایید.
- ✓ جهت جبران خون از دست رفته حتما قرص آهن را تا سه ماه استفاده شود.
- ✓ در هنگام درد در صورت می توانید صبح ها قبل از شروع فعالیت روزانه طبق تجویز پزشک از مسکن برای پیشگیری از درد استفاده کنید.
- ✓ روز ترخیص می توانید به حمام بروید. اگر پانسمان شما خیس شد آن را بردارید و روزانه دوش بگیرید، محل را با شامپو بچه شسته و لی روی آن لیف نکشید. سپس محل زخم را با باد سرد سشوار کاملا خشک کنید.
- ✓ تعویض پانسمان و حمام رفتن را طبق دستور پزشک خودتان انجام دهید. در صورت لزوم یک گاز استریل خشک روی زخم کافی است. ممکن است پزشک شما در مورد پانسمان توصیه خاص دیگری داشته باشد که لازم است طبق آن رفتار کنید.
- ✓ بهداشت فردی را رعایت کنید و لباس زیری بپوشید و روزانه آن را تعویض کنید.

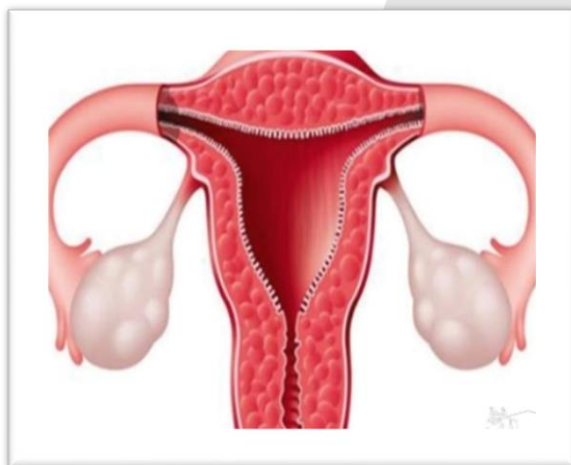


بیمارستان سمنان

مراقبت پس از عمل هیستروکتومی

(برداشتن رحم)

TAH-TVH



تهیه کننده: واحد آموزش

ویرایش سوم

آبان ماه ۱۴۰۲

S-NM/ED-208

ازمایشات فراوان استفاده کنید.

برای جلوگیری از پیوست در غذاها از روغن زیتون یا روغن کنجد استفاده کنید.

اگر شکم شما به خوبی کاری کند نیازی به داروی ملین ندارید.

به آرامی ورزش کنید و بیشتر حرکت کنید.

افزودن فیبر به رژیم غذایی، به عنوان مثال: نان سبوس دار، میوه و سبزیجات کمک کننده است.

نوشیدن یک لیوان آب گلابی یا آلو دو بار در روز توصیه می شود.

در صورت بروز علائم زیر سریعاً به پزشک مراجعه کنید.

❖ درد و تورم ساق پاها،

❖ تنگی نفس ناگهانی،

❖ تپش قلب،

❖ ترشح چرکی بدبو یا واژینال،

❖ تغییر رنگ پوست محل بخیه ها،

❖ تب.

سمنان بلوار امیر کبیر بلوار ماندگار

بیمارستان سمنان

راههای تماس با ما:

www.semnanhospital.com

pezeshkanesina@yahoo.com

۰۲۳-۳۱۳۵۰۰۰۰

۰۲۳-۳۱۳۵۲۰۴۰

✓ برای کشیدن بخیه ها در روزی که پزشک برای شما تعیین کرده به مطب مراجعه نمایید.

✓ ممکن است با حرکت کردن و راه رفتن در ابتدا یا انتهای بخیه خود احساس سوزشی متفاوت از بقیه جاها داشته باشید که طبیعی می باشد.

✓ هنگام عطسه یا سرفه یک بالش روی محل برش جراحی قرار دهید تا از افزایش درد جلوگیری کنید.

✓ خونریزی به مقدار کم بعد از عمل طبیعی است.

✓ در صورت داشتن شکم بزرگ از شکم بند استفاده کنید به صورتی که شکم شما را کاملاً بالانگه دارد تا روی زخم باز باشد و از عفونت جلوگیری کند.

✓ از مواد غیر بهداشتی و روغن های خانگی روی محل زخم استفاده نکنید.

✓ تب_ترشح_قرمزی و التهاب محل زخم می تواند نشانه عفونت باشد. سریعاً به پزشک مراجعه نمایید.

توصیه های تغذیه ای

❖ آبمیوه های پاکتی و صنعتی غذای نفاخ مثل کلم- حبوبات جوا استفاده نکنید. برای کاهش نفخ میتوانید از جوییدن آدامس یا خوردن عرق نعنا یا زیره، چای نعناع فلفلی یا بابونه استفاده کنید

❖ از غذاهای حاوی کلسیم (شیر و ماست کم چرب) و آهن فراوان استفاده کنید.