

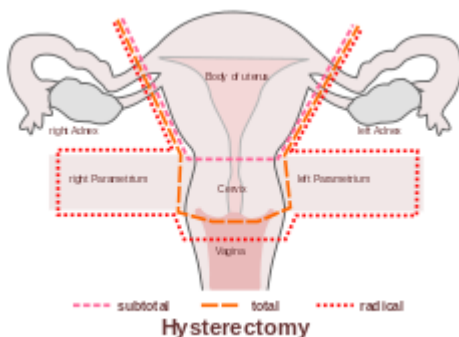
برداشتن رحم

[هیستریکتومی] چیست؟



گروه هدف: بیمار / همراه

تهیه و تنظیم: واحد آموزش بیمارستان یاس سپید



منابع:

بیماریهای زنان نوک/ویلیمز

آدرس: تهران ، بلوار کشاورز خیابان حجاب، کوچه یکم

بیمارستان یاس سپید



تلفن: ۷۲-۸۸۹۹۵۷۶۷-۸۸۹۹۵۷۶۵ نمابر:

www.yashospital.com

info@yashospital.com

♦ مراقبت از زخم:

بعد از هیستریکتومی پانسمان روی برش‌های جراحی را حداقل روزی یک بار عوض کنید. بعد از برداشت پانسمان بطور معمول توصیه می‌شود محل زخم را باز نگه دارید تا هوا بخورد. ناحیه زخم را با آب و صابون ملایم بشویید و همیشه تمیز نگه دارید. در زمان بهبودی بعد از هیستریکتومی می‌توانید دوش بگیرید، اما از حمام رفتن و وان حمام و شنا کردن خودداری کنید.

علائم هشدار دهنده:

افزایش درجه حرارت بدن (بیش از ۳۸ درجه سانتی گراد)، تورم محل برش جراحی، قرمزی، ترشح چرکی، بوی تعفن، خونریزی واژینال، درد شکمی، تغییر در اجابت مزاج (اسهال یا یبوست) اشکال در دفع ادرار یا مدفوع. در صورت بروز علائم و نشانه‌هایی مانند درد، تورم و قرمزی ساق پا که احتمال لخته شدن خون در وریدهای پا را مطرح می‌کند، فوراً به پزشک خود اطلاع دهید. محل جراحی باید خشک و بدون ترشح باشد.

* دوران بهبودی بعد از هیستریکتومی بسته به نوع جراحی، دلیل جراحی، سن و توان جسمانی متفاوت است و در صورت بروز اختلالات روده و مثانه، ترشحات واژن غیرطبیعی، خونریزی شدید واژینال و لخته‌های خون یا ترشحات با بوی بد باید به پزشک مراجعه نمایید.

مراجعه بعدی:

طبق نظر پزشک معالج، روز هفتم تا دهم پس از عمل، جهت کشیدن بخیه‌ها به مطب ایشان مراجعه نمایید. پانسمان محل جراحی معمولاً از نوع ضدآب بوده و نیاز به تعویض پانسمان در منزل نخواهید داشت.

هیسترکتومی چیست؟

عمل جراحی است که بدلائل پزشکی رحم و گاهی ضمامن آن (لوله های تخمدان و تخمدان) نیز برداشته می شود. برداشتن رحم (هیسترکتومی) از راه شکم که یک عمل جراحی باز است شایع ترین نوع این عمل به حساب می آید و ۷۰ درصد موارد را شامل می شود. این جراحی معمولاً با برش قسمت پایین شکم به طول ۱۰ سانتی متر انجام می شود و در بعضی از موارد بنا به وضعیت بیمار و تشخیص پزشک این جراحی از طریق واژن بیمار انجام می شود.



مراقبت های پس از جراحی: برای بهبود گردش خون و پیشگیری از عفونت ریوی، پس از عمل جراحی مایعات کافی نوشیده و نفس های عمیق بکشید و با حمایت محل عمل (محل عمل را با دست یا یک بالشت گرفته) و سرفه های موثر کنید.

فعالیت: از ایستادن به مدت طولانی خودداری نمایید، ممکن است جوراب واریس برای شما تجویز گردد: آنها بپوشید. جوراب کشی طبی (جوراب واریس) خیلی نباید سفت باشد. شب جوراب های تان را در بیاورید و قبل از برخاستن از تخت آنها را بپوشید. در صورت تجویز شکم بند توسط پزشک معالج، شکم بند مخصوص بعد از عمل جراحی مناسب با سایز دور کمرتان تهیه و آن را به مدت ۴ تا ۶ هفته استفاده کنید. از فعالیت زیاد و خستگی بپرهیزید.

لازم است بلافاصله بعد از هیسترکتومی راه بروید، حتی در صورتی که برای این کار نیاز به کمک داشته باشید. حرکت کردن خطر ایجاد لخته های خونی خطرناک در پاها (ترومبوز

وریدی عمقی) را کاهش می دهد. ترومبوز وریدی عمقی می تواند منجر به عوارض مرگباری مثل آمبولی ریوی شود. با این وجود لازم است بعد از هیسترکتومی از انداختن پاها روی هم، نشستن زیاد و بلند کردن اجسام سنگین و فعالیت های شدید ورزشی تا ۶ هفته خودداری کنید. همچنین تا دو هفته نباید رانندگی کنید.

بهداشت:

در مدت بستری برای کاهش عفونت های بیمارستانی رعایت بهداشت فردی اعم از شستشوی دست ها با آب و صابون و رعایت بهداشت ناحیه تناسلی ضروری است. از دستکاری ناحیه برش جراحی پرهیز کنید. جهت پیشگیری از مشکلات ادراری بعد از برداشتن سوند فولی مایعات فراوان بنوشید. استحمام از روز دوم بعد از عمل و بلافاصله بعد از برداشتن پانسمان بصورت روزانه انجام می گیرد، ولی استفاده از وان توصیه نمی شود چرا که خطر عفونت را افزایش می دهد و بهتر است بعد از حمام محل جراحی با سشوار کاملاً خشک گردد. در صورت پیدایش علائم عفونت ادراری مانند: سوزش ادرار، تکرر ادرار، ادرار خونی، تب، لرز، بی اشتها و ضعف شدید موارد را به پزشک معالج خود اطلاع دهید.

مقایسه جنسی:

باید توجه داشته باشید که خارج کردن رحم اصولاً تاثیری در کیفیت زندگی و فعالیت جنسی شما ندارد. بسیاری از زنان پس از ۶ هفته قادر به برقراری ارتباط جنسی خواهند بود (در این خصوص با پزشک خود مشورت کنید). مشاهده لکه بینی و یا ترشح خونی بعد از عمل هیسترکتومی طبیعی است. در این مدت استفاده از تامپون یا دوش واژینال ممنوع است.

درد: درد پس از عمل طبیعی و بدستور پزشک به مدت چند روز مسکن های قوی تجویز می گردد. دوره نقاهت عمل تا رسیدن به بهبودی کامل نیز ۴ الی ۶ هفته به طول می انجامد. در صورت تهوع و استفراغ داروی ضد استفراغ داده خواهد شد. آنتی بیوتیک های تجویز شده را به موقع و طبق دستور مصرف نمایید.

تغذیه: به علت عدم تحرک، دریافت ناکافی مایعات و نوع رژیم غذایی ممکن است دچار یبوست شوید، برای به حداقل رساندن این مشکل: پس از ترخیص تغذیه سالم، ورزش و استراحت کافی داشته باشید، به مدت ۳ روز غذاهای پر فیبر از قبیل سبزیجات و صیفی جات پخته، روغن زیتون و مایعات فراوان (۸ تا ۱۰ لیوان در روز) را در رژیم خود بکار ببرید. برای مدتی غذاها و مواد نفاخ مانند: حبوبات، پلو، میوه و سبزی خام، شیر، آب میوه صنعتی میل نکنید، در صورت صلاح دید پزشک معالج ملین ها را بر اساس نسخه و دستور پزشک مصرف نمایید. انجام ورزش های سبک طبق نظر پزشک و پیاده روی بسیار مناسب است. از کشیدن سیگار خودداری نمایید.

علائم یائسگی:

در صورتی که همزمان با برداشت رحم (هیسترکتومی) تخمدان های شما هم برداشته شود علائم شدید یائسگی شامل گرگرفتگی، تعریق و اضطراب را خواهید داشت. بدین منظور ممکن است درمان جایگزینی هورمون (HRT) بعد از هیسترکتومی برای شما انجام شود و در صورت پیدایش عوارض دارویی به پزشک خود اطلاع دهید

