



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گل‌سار

جراحی سیستوسل و رکتوسل چیست و چگونه از خود مراقبت کنید؟



تهیه: کارگروه آموزش بیماربخش زنان

تدوین: خرداد ۱۴۰۱

بازنگری: خرداد ۱۴۰۵

ایمیل بیمارستان

info@golsarhospital.ir

سایت بیمارستان

www.golsarhospital.ir

شماره تلفن: ۰۱۳-۳۴۹۰۰

آدرس: رشت - گل‌سار - بلوار سمیه

کد پمفلت: T۴-AC-۰۱

در صورت بروز هریک از علائم هشدار زیر به اورژانس



مراجعه یا با پزشک خود تماس بگیرید:

✓ سرگیجه، تنگی نفس، درد قفسه سینه،

✓ تهوع و استفراغ شدید

✓ تب و لرز

✓ درد شکم یا پشت که بهبود نیابد

✓ خون در ادرار

✓ درد، قرمزی، گرما، حساسیت در پاها

✓ خونریزی واژینال و ترشحات بدبو از واژن

✓ تغییر در دفع ادرار و اجابت مزاج

پیگیری:



➤ طبق زمان تعیین شده جهت ویزیت بعدی با خلاصه پرونده به پزشک مراجعه کنید.



در صورت داشتن هرگونه سوال در زمینه مراقبت های منزل

با شماره تماس ۰۱۳-۳۴۹۰۰ داخلی بخش مربوطه

تماس حاصل نمایید.

منبع: بارداری و زایمان ویلیامز - پرستاری بهداشت مادران و نوزادان

➤ در صورت استفاده از مش در عمل لازم است تا سه ماه از رابطه جنسی خودداری نمایید.



مراقبت از زخم جراحی و استحمام:

- پس از ترخیص می توانید ایستاده دوش بگیرید.
- بعد از هر بار اجابت مزاج ناحیه پرینه را از جلو به عقب بشوید. سپس با سرم نمکی شستشو نمایید.
- محل عمل باید تمیز و خشک نگه داشته شود که برای اینکار می توانید از چراغ مطالعه یا سشوار با فاصله ۳۰ سانتی متری استفاده نمایید.
- به مدت یک هفته روزی دوبار در لگن آب ولرم و بتادین (به صورت رقیق شده) و هر بار به مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه بنشینید.
- حداقل به مدت ۴-۶ هفته بعد از عمل از تامپون واژن و حمام در وان یا جکوزی استفاده نکنید.
- بخیه ها جذبی بوده و نیازی به کشیدن بخیه نمی باشد.
- ۴-۶ هفته بعد از عمل ممکن است ترشحات خونی داشته باشید که به مرور کم رنگ خواهد شد. بهداشت ناحیه پرینه را رعایت نمایید. پد بهداشتی را زود به زود تعویض نمایید.
- لباس زیر نخی بپوشید و زود به زود تعویض نمایید و پس از شستشو در مقابل آفتاب خشک نمایید.
- در صورت احساس نیاز به تخلیه ادرار، بلافاصله تخلیه کنید.
- در مواردی ممکن است با سوند ادراری مرخص شوید، در این صورت از سوند ادراری مراقبت نمایید و در زمان مقرر جهت خارج کردن آن مراجعه نمایید.
- در صورت بروز علائمی مانند: تب و لرز، قرمزی، و گرمی و حساسیت در زخم، درد و حساسیت زیر شکم، ترشح از بخیه ها به اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید.

سیستوسل و رکتوسل چیست؟

به جابه جایی مثانه به سمت پایین به داخل کانال زایمانی (واژن) را سیستوسل می گویند. به پیش آمدگی زدگی قسمت انتهایی روده بزرگ (رکتوم) به طرف دیواره پشتی کانال زایمان (واژن) را رکتوسل می گویند.



عوامل ایجاد کننده سیستوسل و رکتوسل کدامند؟

- افزایش سن
- یائسگی
- زایمان های سخت و طولانی
- علل نژادی و ژنتیکی
- چند قلوزایی
- زایمانهای طولانی
- بزرگی سر جنین در حین زایمان
- کمبود هورمون استروژن
- یبوست
- چاقی

سیستوسل و رکتوسل چه علائمی ایجاد می کنند؟

- احساس فشار در واژن
- بی اختیاری ادرار؛ خصوصا هنگام سرفه، عطسه یا هر گونه زور زدن، بلند کردن اجسام سنگین، ایستادن به مدت طولانی تشدید می شود
- تکرر ادرار و تمایل شدید به دفع ادرار
- علائم عفونت ادراری در موارد شدید
- احساس خستگی

- درد پشت لگن
- عدم تخلیه
- مقاربت دردناک
- درد در پهلوی و درد کمر

علائم رکتوسل شبیه به سیستوسل است با این تفاوت که نشانه های زیر نیز در فرد مشاهده می شود:

- یبوست، اسهال، بی اختیاری دفع گاز، بی اختیاری دفع مدفوع و زور پیچ
- احساس پری در راست روده (رکتوم)
- علائم بدنال فعالیت شدید و ایستادن طولانی مدت و زور زدن تشدید می شود در حالیکه استراحت و خوابیدن به پهلوی یا روی شکم باعث تسکین علائم می شود.

سیستوسل و رکتوسل چه عوارضی ایجاد می کنند؟

- ❖ احتباس حاد ادراری
- ❖ عفونت های ادراری مکرر

سیستوسل رکتوسل چگونه درمان می شود؟

درمان غیر جراحی : شامل ورزشهای عضلات کف لگن (کگل) و استفاده از وسایل داخل واژن

درمان جراحی : هدف تسکین علائم و در اکثر موارد، برای اصلاح واژن (شل شدگی عضلات کف لگن) می باشد.

مراقبتهای بعد از جراحی در منزل :

داروها:



- آنتی بیوتیک را در ساعات معین و بایک لیوان آب میل کنید.
- دوره درمان با آنتی بیوتیک را کامل کنید.
- در صورت بروز هر عارضه دارویی با پزشک خود مشورت نمایید.
- جهت کنترل درد از مسکن با تجویز پزشک استفاده کنید.
- بهتر است داروی مسکن را بعد از غذا مصرف کنید تا منجر به ناراحتی معده نشود .

رعایت رژیم غذایی:



- مایعات فراوان میل کنید.
- چند روز اول جراحی از مصرف غذاها و مایعات نفاخ مانند شیر، آب میوه، حبوبات، میوه و سبزی خام خودداری نمایید.
- از زور زدن در هنگام اجابت مزاج خودداری نمایید.
- جهت پیشگیری از یبوست از غذاهای پرفیبر شامل میوه و سبزیجات پخته شده ، روغن زیتون، مایعات فراوان و مواد غذایی ملین مصرف کنید.
- از افزایش وزن جلوگیری نمایید

میزان و محدوده فعالیت:



- راه بروید و از نشستن و ایستادن طولانی مدت خودداری نمایید.
- به تدریج فعالیت خود را افزایش دهید. پیاده روی کنید و در بین پیاده روی ها به خود استراحت دهید.
- دو هفته پس از جراحی می توانید فعالیتهای روزمره خود را از سر بگیرید.
- به مدت ۴-۶ هفته از انجام ورزش های متوسط یا شدید و کارو فعالیت سنگین خودداری نمایید.
- از بلند کردن اجسام سنگین تر از ۵ کیلوگرم تا ۶ هفته خودداری نمایید.
- جهت شروع رانندگی با پزشک مشورت کنید.
- با نظر پزشک ، ورزش های مخصوص عضلات کف لگن (کگل) را شروع نمایید.

فعالیت زناشویی:



- به مدت ۴-۶ هفته از برقراری فعالیت جنسی پرهیز نمایید. توجه نمایید تا زمانی که ترشح خونی وجود دارد بهتر است نزدیکی صورت نگیرد.