



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گل‌سار

بعد از عمل حاملگی خارج رحمی 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-۰۳



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 بروز هریک از علائم هشدار زیر به
اورژانسی مراجعه یا با پزشک خود تماس بگیرید:



- تب و لرز
- درد زیر شکم
- التهاب و قرمزی و باز شدن زخم و خروج ترشح
- چرکی یا خونابه ای از لبه های زخم
- ترشحات بدبو واژینال
- خونریزی بیش از حد از واژن
- سوزش و تکرر ادرار
- عدم توانایی در تخلیه ادرار

پیگیری:



- در زمان تعیین شده جهت انجام آزمایش و سونوگرافی با خلاصه پرونده به پزشک مراجعه نمایید.
- جهت کشیدن بخیه ها در زمان مقرر (۷ تا ۱۰ روز بعد از عمل) به پزشک معالج مراجعه نمایید.

حاملگی خارج رحمی چیست؟

حاملگی خارج از رحم به حالتی گفته می شود که تخمک لقاح یافته در جایی به غیر از دیواره داخلی رحم جای می گیرد و شروع به رشد می کند. ۹۵٪ از حاملگی های خارج از رحم درون لوله های رحم اتفاق می افتد، با این حال امکان دارد در نقاط دیگری مثل تخمدان، گردن رحم و حفره شکمی نیز رخ دهد.



چه مراقبتهایی بعد از عمل جراحی حاملگی خارج رحمی در منزل رعایت نمایید؟

داروها:



- داروهای خود را طبق تجویز پزشک مصرف نمایید.
- دوره درمان با آنتی بیوتیک را کامل کنید.
- در صورت بروز هرگونه عارضه دارویی با پزشک خود مشورت کنید.
- از مصرف دارو خودسرانه بدون تجویز پزشک خودداری کنید.

رعایت رژیم غذایی:



- رژیم غذایی سرشار از پروتئین مانند: گوشت و مرغ آب پز یا کبابی و پر فیبر مانند: سبزیجات پخته شده را رعایت نمایید.
- از مصرف مواد غذایی نفاخ مانند: حبوبات، سبوس غلات، میوه و سبزی خام، نوشابه های گازدار در چند روز اول پس از عمل خودداری نمایید.
- جهت پیشگیری از یبوست از غذاهای پرفیبر شامل میوه و سبزیجات پخته شده و روغن زیتون استفاده نمایید و مایعات فراوان مصرف کنید.
- در صورت دیابتی بودن رژیم غذایی خاص خود را رعایت نمایید تا در ترمیم زخم اختلالی ایجاد نشود.

میزان و محدوده فعالیت:



- راه رفتن روند بهبود بعد از عمل را سریع می کند و از نفخ به دنبال لاپاراسکوپی می کاهد.
- دوره های متناوب استراحت و فعالیت داشت باشید.
- هر روز به صورت تدریج بر میزان فعالیت های خود بیفزایید.
- از انجام کارهای سنگین خودداری نمایید.
- از بلند کردن اجسام سنگین به مدت ۴ تا ۶ هفته خودداری نمایید.

فعالیت جنسی:



- پس از برطرف شدن کامل خونریزی واژینال با مشورت پزشک می توانید فعالیت جنسی خود را آغاز کنید.

مراقبت از زخم جراحی و استحمام:



- طبق نظر پزشک، پس از ترخیص می توانید حمام نمایید.
- روزانه دوش بگیرید. از کشیدن لیف و یا شستشوی شدید ناحیه جراحی شده خودداری نمایید.
- همواره زخم جراحی را خشک و تمیز نگه دارید.
- در صورت بروز علائمی مانند: تب، قرمزی، و گرمی و حساسیت در زخم، درد، ترشح از بخیه ها به اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید.
- لباس های گشاد و راحت بپوشید.
- استفاده از وان، جکوزی و سونا، تا زمانی که خونریزی از واژن وجود دارد و بهبودی کامل زخم ها خودداری کنید.
- برای خارج کردن بخیه در تاریخ تعیین شده (معمولا ۷ تا ۱۰ روز بعد از عمل) مراجعه نمایید.