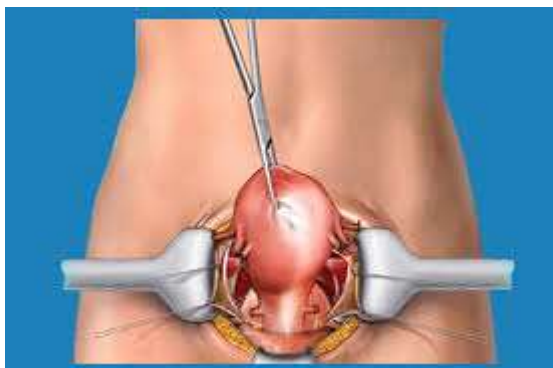




بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گلسار

هیسترکتومی چیست و چگونه از خود در منزل مراقبت کنید؟



تهیه: کارگروه آموزش بیماربخش زنان

تدوین: خرداد ۱۴۰۳

بازنگری: خرداد ۱۴۰۵

ایمیل بیمارستان

info@golsarhospital.ir

سایت بیمارستان

www.golsarhospital.ir

شماره تلفن: ۰۱۳-۳۴۹۰۰۰

آدرس: رشت - گلسار - بلوار سمیه

کد پمفلت: ۰۶-AC-T4

➤ در صورت تجویز شکم بند، از آن به مدت ۴ تا ۶ هفته استفاده نمایید. شکم بند را خیلی محکم یا خیلی شل نبندید.

علائم هشدار:

در صورت بروز هریک از علائم زیر به اورژانس مراجعه یا با پزشک خود تماس بگیرید:

- سرگیجه، تنگی نفس، درد قفسه سینه، تهوع و استفراغ شدید
- تب و لرز
- قرمزی و التهاب و ترشح چرکی از محل عمل، باز شدن بخیه ها
- خون در ادرار
- درد شکم شدید
- درد، قرمزی، گرما، حساسیت در پاها
- خونریزی واژینال و ترشحات بدبو از واژن
- تغییر در دفع ادرار و اجابت مزاج

پیگیری:

- ظرف مدت ۱۰ روز جواب نمونه ارسالی به واحد پاتولوژی را پیگیری نمایید و نتیجه را به پزشک معالج خود اطلاع رسانی کنید.
- طبق زمان تعیین شده با خلاصه پرونده جهت ویزیت بعدی به پزشک مراجعه کنید.

در صورت داشتن هرگونه سوال در زمینه مراقبت های منزل با شماره تماس ۰۱۳-۳۴۹۰۰۰ داخلی بخش مربوطه تماس حاصل نمایید.

منبع: بارداری و زایمان و بلیامز / پرستاری بهداشت مادران و نوزادان

- حداقل به مدت ۶ هفته از رانندگی اجتناب نمایید چون ممکن است در حین رانندگی گرفتن کلاچ و ترمز با پا باعث وارد آمدن فشار به ناحیه عمل گردد.
- به مدت ۶ هفته از برقراری فعالیت جنسی پرهیز نمایید.
- از فعالیت هایی مانند رقصیدن و نشستن طولانی مدت تا زمانی که پزشک اجازه دهد خودداری نمایید.
- حداقل به مدت ۶ هفته از تامپون واژن و حمام در وان استفاده نکنید..

مراقبت از زخم جراحی و استحمام:

- طبق زمانبندی اعلام شده پانسمان را بردارید و به صورت ایستاده دوش بگیرید. سپس محل زخم را خشک نمایید و در صورت نیاز مجدد به روش استریل پانسمان نمایید.
- پس از برداشتن پانسمان همواره زخم را خشک و تمیز نگه دارید و 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.
- برای کشیدن بخیه در تاریخ تعیین شده به مطب پزشک مراجعه نمایید.
- در صورتی که جراحی به روش واژینال انجام شود بخیه ها جذبی بوده و نیازی به کشیدن بخیه نمی باشد
- در روش جراحی از طریق واژینال از لگن آب ولرم و بتادین سه بار در روز جهت بهبودی زخم استفاده نمایید.

هیسترکتومی چیست؟

رحم محل رشد جنین در دوران بارداری خانم ها می باشد. برداشتن رحم یا هیسترکتومی یک عمل جراحی است که در طی آن، ممکن است رحم به طور کامل و یا با حفظ دهانه رحم ویا همراه با برداشتن یک یا هر دو تخمدان و لوله های آن انجام می گیرد. متخصص زنان و زایمان ابتدا درمان هایی غیر از جراحی را برای بیماران در نظر می گیرد و در صورت عدم مشاهده روند بهبودی در نهایت عمل هیسترکتومی را انجام خواهد داد.

هیسترکتومی در چه مواردی انجام می گیرد؟

- خونریزی های شدید در طی دوران پر یودی
- احساس درد طولانی مدت در قسمت لگن
- وجود تومورهای غیر سرطانی (فیبروم)
- ضایعات پیش سرطانی و سرطان تخمدان
- سرطان رحم و دهانه رحم یا لوله تخمدان
- بیماری های عفونی
- آندومتریوز (اختلالی ست که در آن پوشش داخلی رحم درحفره شکم و روی قسمت خارجی ارگانهای لگنی رشد می کند و سبب درد و خونریزی خواهد شد)
- آدنومیوز (در صورتی که پوشش داخلی در بافت دیواره های عضلانی رحم رشد کند، این نوع اختلال به وجود خواهد آمد)

جراحی هیسترکتومی چگونه انجام می شود؟

جراحی بسته به روش انجام ممکن است تحت بیهوشی کامل یا بی حسی نخاعی انجام گیرد. برحسب روش جراحی هیسترکتومی ممکن است سوند ادراری جهت خروج ادرار،

سوند معده جهت جهت جلوگیری از نفخ شکمی و درن جهت خروج ترشحات ناحیه عمل به همراه داشته باشید. هیسترکتومی به روش های مختلفی انجام می شود که شامل موارد زیر است:

هیسترکتومی باز شکمی: در این روش برشی بر روی شکم ایجاد می شود. سپس رحم از طریق این شکاف برداشته می شود. پس از جراحی باز هیسترکتومی نیاز است که فرد دو یا سه روز بسته به شرایط و تشخیص پزشک در بیمارستان تحت نظر باشد.

هیسترکتومی واژینال: در این روش رحم و ضمائم آن از طریق واژن خارج می گردد و برشی بر روی شکم زده نمی شود.

هیسترکتومی از طریق لاپاراسکوپي: طی انجام این عمل، پزشک از ابزاری به نام لاپاراسکوپي استفاده می کند. این وسیله یک لوله ای بلند و نازک است که درانتهای سر آن نور و دوربین قرار داده شده که پزشک با استفاده از آن می تواند تصویر داخل شکم را با استفاده از مانیتور مشاهده کند. این لوله را از طریق چند برش کوچک که در شکم زده می شود، وارد می کنند. سپس رحم به چند بخش برش زده می شود و از برش های کوچک و یا از طریق واژن خارج می نمایند.

مراقبتهای بعد از جراحی در منزل :

داروها:

- داروهای خود را طبق تجویز پزشک و زمانبندی مصرف نمایید.
- در صورت بروز هر عارضه دارویی با پزشک خود مشورت نمایید.
- دوره درمان با آنتی بیوتیک را کامل کنید.
- مصرف داروهای خوراکی مسکن ممکن است منجر به یبوست شود.

برای جلوگیری از یبوست، آب فراوان بنوشید و غذاهای سرشار از فیبر میل کنید و بهتر است بعد از غذا میل شوند.

- در صورت برداشتن تخمدان ها، ممکن است پزشک درمان جایگزین هورمونی را شروع نماید.
- طبق نظر پزشک تزریق داروی ضد انعقاد را در منزل ادامه دهید

رژیم غذایی:

- رژیم غذایی پر پروتئین و پر ویتامین را رعایت نمایید.
- چند روز اول جراحی از مصرف غذاها و مایعات نفاخ مانند شیر، آب میوه، حبوبات، میوه و سبزی خام 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.

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.
- به مدت 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.