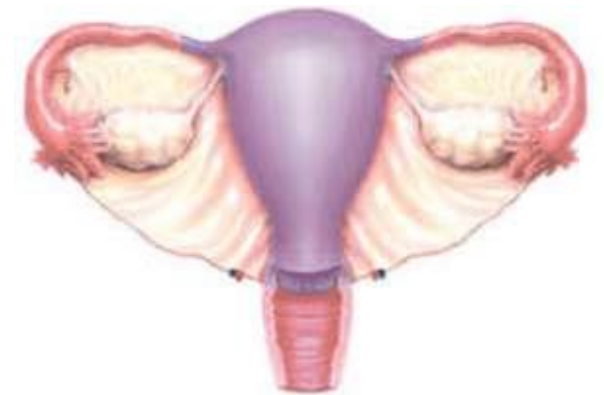




## بیمارستان شهید محمد منتظری

## هیستریکتومی چیست؟



تاریخ تدوین: ۱۳۹۸/۰۹/۲۳

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۹/۰۹

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۰۹/۰۹

کد: MH.BR.PE.SUF.۱۵۵

واحد آموزش به بیمار

برداشتن رحم بوسیله عمل جراحی را هی

سترکتومی می گویند

### • درد بعد از عمل جراحی

مددجوی گرامی اگر شما تحت عمل جراحی هیستریکتومی قرار گرفته اید باید بدانید بعد از عمل به دلایل زیر ممکن است دچار درد ناشی از عمل جراحی باشد: نفخ شکم، خارج کردن رحم، برش جراحی، بی حرکتی در طی عمل و بعد از آن، اختلال کار مثانه و احتباس ادرار ناشی از آن

### • چگونه بعد از هیستریکتومی درد بعد از عمل جراحی خود را کاهش دهیم؟

۱- جهت از بین بردن نفخ شکم و به منظور تسکین درد شاید لازم باشد برای شما لوله معده یا رکتوم گذاشته شود بنابراین همکاری لازم را به عمل آورید.

۲- زمان شروع تغذیه و دستورات مربوط به رعایت رژیم غذایی را دقیقاً رعایت فرمایید.

۳- از کیف اب گرم برای کاهش درد محل عمل نیز می توان استفاده کرد

۴- رعیت رژیم مایعات و غذای نرم تا بازگشت حرکات طبیعی روده اهمیت زیادی دارد.

۵- در بستر خود تمرینات تنفسی (سرفه موثر ، تنفس عمیق و ورزشهای تنفسی) را به منظور جلوگیری از مشکلات تنفسی و درد ناشی از آن بکار ببرید.

۶- آموزش های لازم مربوط به رفع احتباس ادراری از قبل نشستن روی توالت ، ریختن آب روی پرینه و استفاده از کیف اب گرم را انجام دهید.

۷- در صورت درد به پرستار اطلاع دهید تا طبق دستور پزشک مسکن مناسب جهت تسکین درد داده شود.

### • عوارض احتمالی پس از عمل جراحی

۱) یبوست : یکی از مشکلات بیماران پس از عمل جراحی یبوست می باشد که بدلائل مختلف از جمله عدم تحرک ، نوع رژیم غذایی ، دریافت ناکافی مایعات و حتی نوع و زمان بیهوشی ایجاد می شود. جهت به حداقل رساندن این مشکل توجه به این نکات ضروری می باشد: ۱- بعد از عمل، زمانی که اجازه غذا خوردن به شما داده شد ابتدا رژیم غذایی مایعات و سپس نرم (کمپوت آناناس یا گلابی) را شروع کنید و سپس غذاهای پر فیبر از قبیل سبزیها و صیفی جات پخته را در رژیم غذایی خود بکار برید ۲- علاوه بر ورزش های مجاز و

فعالیت کافی ، مصرف مایعات ( روزانه حداقل ۳ لیتر ) اهمیت زیادی دارد. ۳- در صورت صلاحدید ملین ها را براساس نسخه و دستور پزشک مصرف نمایید.

۲) تب و عفونت : تب و عفونت یکی از مشکلات بیماران پس از اعمال جراحی میباشد که باتوجه به این موارد به حداقل میرسد. ۱. آنتی بیوتیک تجویز شده را بموقع و طبق دستور مصرف نمایید. ۲. از دستکاری ناحیه برش جراحی پرهیز کنید. ۳. به منظور به حداقل رساندن عفونت‌های تنفسی بعد از عمل مایعات کافی نوشیده ، تمرینات تنفسی و سرفه‌های موثر داشته باشید. ۴. به منظور به حداقل رساندن عفونت های بیمارستانی در مدت بستری ، رعایت بهداشت فردی اعم از شستشوی دستها با صابون و رعایت بهداشت ناحیه اداری تناسلی ضروری است. ۵. در صورت بروز هرگونه تب و یا ترشح ، قرمزی و التهاب محل عمل جراحی بعد از ترخیص سریعاً به پزشک خود مراجعه نماید. ۶. بعد از ترخیص جهت کشیدن بخیه‌ها در روز تعیین شده مراجعه نمایید و در این مدت روزانه تنها دوش بگیرید.

۳) اضطراب : اضطراب است و توجه به موارد زیر در جهت کاهش آن کمک کننده میباشد:

• سوالات احساس و عقاید خود را برای پزشک و پرستار بازگو کنید تا آنها بتوانند مفهوم این رویداد

را از دید شما بررسی و به شما در این زمینه کمک نمایند.

• اطلاعات لازم را از چگونگی در دسترس بودن تیم درمانی بعد از ترخیص ، کسب کنید.

• با همسر و نزدیکان خود ارتباط کلامی برقرار کنید و احساس همسر خود در این رابطه جویا شوید.

• شما در برقراری ارتباط جنسی پس از طی کردن دوره منع آن بعلت اینکه واژن شما در این نوع عمل کاملاً برداشته نشد است مشکلی نخواهید داشت

• آموزشهایی که از جانب پرستار به شما داده میشود را بطور کامل بپذیرید.

• علایم ترومبوز شامل درد پا قرمزی و ورم میباشد. در صورت ایجاد به پرستار مربوطه اطلاع دهید

• علائم آمبولی ریه ، درد قفسه سینه ، تنگی نفس ، افزایش ضربان قلب و تنفس میباشد در صورت ایجاد به پرستار مربوطه اطلاع دهید.

• بعد از ترخیص از بیمارستان از نشستن به مدت طولانی روی مبل یا صندلی وارد کرد فشار به زانوها و روی هم انداختن پاها خودداری نمایید.

• تمرینات ورزشی تنفس از جمله تنفس

• ممکن است جهت کاهش اضطراب داروهای ضد اضطراب و ضد درد تجویز شود. لطفاً آنها را طبق دستور مصرف نمایید.

• بعد از ترخیص تغذیه سالم ، ورزش و استراحت کافی داشته باشید .

۴) ترومبوز و وردیهای عمقی ( DVT ): ترومبوز وریدهای عمقی یعنی لخته شدن خون در رگهای عمقی که ممکن است بدلیل نوع عمل جراحی و بیحرکتی رخ دهد و جهت جلوگیری از آن رعایت نکات زیر ضروری میباشد:

از جورابهای کشی تحت عنوان جوراب واریس طبق دستور پزشک و با توجه به سایز و قالب خود استفاده نمایید.

دائماً در یک وضعیت در تخت قرار نگیرید و مرتباً در تخت تغییر وضعیت داشته باشید .

حرکات نرمشی در تخت را انجام دهید . بویژه حرکت دورانی مچ پاها اهمیت زیادی دارد .

### • فعالیت

از بلند کردن اجسام سنگین و فعالیت شدید ورزشی تا ۶ هفته خودداری شود

بهبودی کامل معمولاً ۶-۱۲ هفته طول می کشد.

استحمام از روز دوم بعد عمل و بلافاصله بعد از برداشتن پانسمان بصورت روزانه انجام میشود محل زخم با سشوار کامل خشک شود.