



رحم نرمال



افتادگی رحم

افتادگی رحم چیست؟

راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، **حین بستری**

مرکز آموزشی درمانی افضلی پور

دانشگاه علوم پزشکی کرمان



جراحی افتادگی رحم

❖ اقدامات قبل از عمل

✓ شب قبل از عمل، شام سبک مثل سوپ یا سالاد بخورید. بعد از نیمه شب و صبح قبل از عمل، از خوردن و آشامیدن اجتناب کنید. حتی چای، قهوه و آب هم ننوشید.

✓ ممکن است شب قبل از عمل، شستشوی روده (انما) و شستشوی واژن یا مهبل جهت کاهش آلودگی حین عمل انجام شود.

✓ شب قبل از عمل استحمام کنید این کار باعث کاهش احتمال عفونت می شود.

✓ موهای موضع عمل، قبل از عمل لازم است تراشیده شود.

✓ قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه (ادرار) را تخلیه نمایید.

✓ قبل از رفتن به اتاق عمل زیور آلات، اجسام فلزی، گیره سر، دندان مصنوعی و غیره را خارج کنید.

✓ کلیه لباس ها (لباس زیر، جوراب و ...) را در آورید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید.

✓در صورت داشتن سابقه بیماری، سابقه حساسیت (دارویی، غذایی) پرستار و پزشک معالج را در جریان امر قرار دهید.

✓در صورتی که بیماری خاصی دارید که تحت درمان هستید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود.

✓قبل از رفتن به اتاق عمل برای شما سرم وصل شده و برای پیشگیری از عفونت طبق دستور پزشک آنتی بیوتیک تزریق می شود.

✓عمل شما تحت بیهوشی انجام می شود.

✓اگر در هفته قبل از عمل جراحی نیاز به مسکن خفیف داشتید، به جای استفاده از آسپیرین، ایبوپروفن و یا ناپروکسن از استامینوفن استفاده کنید. از داروهای حاوی آسپیرین مثل داروهای سرماخوردگی بدون نسخه اجتناب کنید. این کار از خونریزی اضافی شما در طول عمل جلوگیری می کند.

✓برای مراقبت و بهبودی خود بعد از عمل برنامه ریزی کنید. فردی را بیابید که بعد از عمل جراحی از شما مراقبت کند.

❖ رژیم غذایی

✓روز اول نباید چیزی بخورید، از زمانی که پرستار به شما اجازه داد ابتدا رژیم مایعات برای شما شروع می شود و در صورت تحمل به تدریج با نظر پزشک می توانید از سایر مواد غذایی استفاده کنید.

❖ فعالیت

✓در بستر پاها را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود. بهتر است هر چه زودتر از بستر خارج و راه بروید.

✓برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمائید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.

❖ مراقبت

✓در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.

✓در صورت خونریزی از محل عمل جراحی و خیس شدن پانسمان به پرستاران بخش اطلاع دهید.

✓از دستکاری سرم ها و رابط های متصل به خود خودداری کنید.

✓داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار برای شما اجرا خواهد شد.

✓پس از هر بار ادرار کردن واجابت مزاج ناحیه عمل را با محلول نمکی (سرم نرمال سالین)ولرم شستشو داده وبا دستمال یکبار مصرف وتمیز خشک نمائید.

✓در صورت داشتن سوند ادراری قبل از خارج کردن آن،جهت جلوگیری از بی اختیاری ادراری،پرستار چند نوبت سوند رابسته وسپس بازمی کند.هنگام جمع شدن ادرار ممکن است احساس فشار در مثانه داشته باشیدکه طبیعی است.

References : 1. clinicalkey 2. mayoclinic 3. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing 4. familydoctor 5. Betterhealth

تهیه شده در واحد آموزش سلامت بیمارستان افضل پور کرمان. بهار 1403

034 31328143