

## هیسترکتومی

### ( برداشتن رحم )

گروه هدف: بیماران محترم

تهیه کننده: واحد آموزش دفتر پرستاری

خرداد ۱۴۰۱

همدان - پل پیشاهنگی ۴-۳-۰۳۸۲۲۴۰۰۳-۰۸۱ بیمارستان موقوفه شهید

مطهری

رحم یک عضو گلابی شکل عضلانی است که در داخل محوطه لگن قرار دارد. در مورد توده، خونریزی های شدید که به درمان های دیگر پاسخ نمی دهند و... اندام به عمل جراحی برداشتن رحم می نمایند که ممکن است فقط رحم و لوله ها برداشته شود و یا رحم و لوله ها و تخمدان ها نیز برداشته شود.

#### مراقبت های قبل از عمل:

- ۱) یک روز قبل از عمل استحمام نمایید.
- ۲) ۶ تا ۸ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید.
- ۳) دستبند شناسایی بیمار را از پذیرش بیمارستان تحویل گرفته و پس از کنترل توسط پرستار به دست غالب خود ببندید.
- ۴) زیور آلات، ساعت و .. را خارج نمایید
- ۵) موهای ناحیه جراحی را کوتاه نمایید.

#### مراقبت های بعد از عمل:

- ۱) تازمانی که پزشک اجازه دهد از مصرف مایعات و حتی اب خودداری نمایید. رژیم خود را ابتدا با اب و سپس مایعات ساده و بعد رژیم مایعات کامل و نرم شروع نمایید.
- ۲) تنفس عمیق داشته باشید ( برای بهبود وضعیت گردش خون)
- ۳) به محض اجازه پزشک مبنی بر خروج از تخت، ابتدا بر لبه تخت نشسته و پاهای خود را آویزان نمایید و اگر سرگیجه نداشتید به آرامی راه بروید.

۴) از خوردن غذاهای نفاخ مثل شیر، آبمیوه صنعتی و ... پرهیز نمایید.

۵) جهت جلوگیری از یبوست، غذاهای حاوی فیبر مثل سبزیجات، آلو، زرد آلو، روغن زیتون، کمپوت گیلان، انجیر و مایعات فراوان ( ۸ تا ۱۲ لیوان در روز ) استفاده نمایید.

۶) داروها و آنتی بیوتیک ها را طبق دستور پزشک و به موقع استفاده کنید.

۷) نمونه پاتولوژی را تحویل آزمایشگاه داده و جواب را پیگیری و به پزشک ارائه دهید.

#### ۸) آموزش و ارتقاء سلامت:

- ۱) از ماهی، سوپ جوجه، سالاد سبزیجات ترجیحا پخته، میوه جات تازه، غذاهای پر کلسیم لبنیات کم چرب، آب زیاد، آبمیوه طبیعی و غلات استفاده نمایید.
- ۲) استحمام روزانه داشته باشید. اولین استحمام بعد از عمل بهتر است روی صندلی انجام گیرد. محل زخم را با شامپو بچه شسته و باسشوار خشک نمایید.

- ۳) از زور زدن موقع اجابت مزاج خودداری  
نمایید.
- ۴) استراحت کافی داشته باشید. فعالیت های  
روزمره و کارهای سبک منزل مانند آشپزی،  
اتو زدن و ... را می توانید انجام دهید.
- ۵) دوهفته اول بعد از عمل از فعالیت های شدید  
مانند بلند کردن اجسام سنگین، تحرک  
زیاد، کارهای سنگین در منزل و ... خودداری  
نمایید.
- ۶) پیاده روی روزانه را تا ۲۰ دقیقه در منزل هم  
می توانید انجام دهید.
- ۷) تا ۸ هفته بعد از عمل، نزدیکی جنسی را به  
تعویق بیندازید.
- ۸) وزن خود را کنترل نمایید.
- ۹) از کشیدن سیگار و سایر دخانیات پرهیز  
نمایید.
- ۱۰) از وارد کردن هر چیزی در واژن مثل تامپون  
خودداری نمایید.
- ۱۱) ۲ تا ۴ هفته پس از عمل وجود کلی ترشح یا  
خونریزی از واژن طبیعی است.
- ۱۲) ۷ تا ۱۰ روز پس از عمل جهت کشیدن بخیه  
به پزشک خود مراجعه نمایید.

- ۱۳) جهت برگشت به شغل خود با پزشک  
مشورت نمایید.
- ۱۴) تا مدت ۶ ماه از بلند کردن اجسام سنگین،  
انداختن پاها روی هم، نشستن زیاد و  
رانندگی طولانی خودداری نمایید و فعالیت  
های سنگین یا شدید انجام ندهید.
- ۱۵) علائم هشدار دهنده را بشناسید و در صورت  
بروز هر یک از علائم فوراً به پزشک خود یا  
مرکز درمانی مراجعه نمایید:
- ✓ قرمزی، تورم یا ترشح چرک از محل  
عمل
  - ✓ تب و لرز
  - ✓ خونریزی شدید از واژن
  - ✓ ادامه لکه بینی پس از ۶ هفته بعد از  
عمل
  - ✓ مشکل در دفع ادرار یا تکررادرار
  - ✓ احساس وجود جسم خارجی
  - ✓ ترشح بدبو