

رقم الوثيقة : ١١-١٢٣/QI/١٣٩٧

تاريخ الصدور : ١٨/٢/٩٧  
رقم الرجاع: ٠٠

## بیمارستان خیریه ٢٢ بهمن

### کارت تخلیص



اسم / اسم العائلة:

رقم المولف:

تاریخ الاستقبال: ١٣ / ١٣ / ١٣

النصائح قبل العملية:

\* نوم المريض يوم العملية واعطاء علاج اذا استدعي الأمر

يلبس المريض مريضة عمليات ويترك جميع متعلقاته مثل ساعة يد أو أسنان صناعية أو مال في دولاب غرفته.

يزال بنس الشعر من المريضات ويضفر الشعر ضفيرة وتلبس المريضة غطاء الشعر.

\* تغريغ المثانة قبل الذهاب لغرفة العمليات

\* اعطاء المريض حقنة شرجية اذا استدعي الامر

\* مراجعة الملف والتاكيد من البيانات

\* التاكيد من جاهزية جسم المريض واخذ العلامات الحيوية خاصة الحرارة

\* التاكيد من اعطاء العلاج قبل العملية

\* تغيير لباس المريض والباسه لباس العمليات

\* وضع الأمانات عند الاستقبال

\* وضع طقم الأسنان اذا كان يملك في مكان امن

\* التاكيد من نظافة الأظافر

\* خلع العدسات اللاصقة

\* مرافقة المريض الى غرفة العمليات

لعنابة التمريضية قبل العملية

للعملية الجراحية شروط قبل القيام بها من قبل الطاقم التمريضي وهي كالتالي:

يعطى للمريض عشاء خفيفا ثم يطلب منه عدم الاكل أو الشرب بعد ذلك للتلافي تقيء المريض في العملية أو حدوث المشاكل بعد العملية

تعمل للمريض حقنة شرجية لتخلص الامعاء من فضلات الطعام

يطلب من المريض أن يستحم ويفصل شعره ثم يحضر مكان العملية بازالة الشعر وذلك بحلقة أو قصه ويفضل إزالة الشعر بالكريمات وذلك لتفادي حدوث جروح بالجلد او التهابات

يجب التاكيد من ان جميع نتائج التحاليل و الفحوصات موجودة بملف المريض

يعطى المريض قرص منوم لمساعدته على الغسترخاء و النوم

تحضير ملف التمريض:

• توقع المريض على العملية \* فحوصات التمريض المخبرية \* صورة دم كاملة cbc  
 \* كيمياء الدم \* الأشعة \* أشعة الصدر \* أشعة في مكان العملية \* أي صور أخرى  
 \* تحليل البول \* رسم قلب (تخطيط) \* EDG للمرضى فوق ٣٠ سنة

### النصائح بعد التخلص عمل استئصال الرحم :

#### العلاج بعد العملية الجراحية:

إن استئصال الرحم هو إزالة الرحم، وأحياناً المبيضين وقناة فالوب أو عنق الرحم أيضاً. سوف يعتمد استئصال الأعضاء على ظروفك، وأسبابك لاستئصال الرحم. يمكنك معرفة المزيد عن الأنواع المختلفة لاستئصال الرحم.

غالباً ما تكون هناك حاجة لاقامة المريضة ومراقبتها لمدة ٤٨-٢٤ ساعة بعد عملية تنظير البطن. تتم إزالة الغرز الجراحية بعد ما يقارب الأسبوع.

تستغرق عملية التماثل للشفاء بعد عملية استئصال الرحم، وقتاً قصيراً، وذلك بسبب القيام بعملية جراحية أقل غزوية ، والتي تقلل من الشعور بالألم ومن زمن الاقامة في المستشفى. عند الشعور بالآلام، يمكن استعمال مسكنات الألم حسب الحاجة. بمجرد شعورك أنك قوية بما فيه الكفاية، ويمكنك الحركة والمشي قليلاً، فهذا يساعد على منع مشاكل ما بعد الجراحة مثل :

١- جلطات الدم . ٢- الالتهاب الرئوي . ٣- ألم الغازات والانتفاخات.

بعد عملية استئصال الرحم، يمكن أن تحدث أنيفية مهبلية بسيطة، والتي تتوقف مع مرور الوقت. في الحالات التي تظهر بها آلام لا تختفي باستعمال مسكنات الألم، ارتفاع حرارة الجسم، عدم القدرة على التبول، ضيق في التنفس، نزيف شديد أو افرازات قيحية، يجب التوجه في أقرب وقت ممكن إلى الطبيب.

#### ممارسة الجنس بعد استئصال الرحم

إن استئصال الرحم لا يعني نهاية ممارسة الجنس. تعلمى كيف يمكن لاستئصال الرحم أن يؤثر على حياتك الجنسية، كم من الوقت عليك الانتظار قبل ممارسة الجنس مرة أخرى، وكيفية التعامل مع قضايا مثل جفاف المهبل.

عندما تُجرين استئصال الرحم، سوف يُطلب منك عدم ممارسة الجنس لحو أربعة إلى ستة أسابيع. إذا لم تشعري بذلك مستعدة بعد ستة أسابيع، لا تقلقى - النساء مختلفات ويشعرن بالاستعداد لذلك في أوقات مختلفة. يستغرق التعافي من أي عملية جراحية وقتاً ولكن يمكن للخضوع لاستئصال الرحم أن يكون له تأثير عاطفي قوي جداً، ويمكن أن يؤثر على

#### الشعور بالجاذبية الجنسية

يجعل استئصال الرحم العديد من النساء يشعرن بأنهن أقل أنوثةً بعد عمليتهن، أو بفقدان جاذبيتهن الجنسية. تتحدث الكثيرات من النساء أيضاً حول مشاعر فقدان أو الحزن بعد استئصال الرحم. يجب أن تزول هذه المشاعر. قد يساعدك الترکيز على الشفاء -تناول الطعام الصحي، ممارسة بعض التمارين الرياضية (سوف يخبرك طبيبك بالمقدار الذي يجب أن تسعى إليه) والتحدث مع شريك حياتك أو الأصدقاء حول شعورك. إذا كنت تجدين صعوبة في التعامل مع هذه المشاعر، تحدثي إلى مستشارك أو طبيبك. قد تساعدك المشورة في التعامل مع مشاعرك. ويمكن أن تساعدك القراءة حول تعاملت النساء آخرías مع تجارب مماثلة أيضاً. سيقوم الجراح بنصحك بممارسة تمارين قاع الحوض للمساعدة في الشفاء. يمكن أن تشد هذه التمارين عضلات المهبل وتساعد على تحسين الإحساس الجنسي. إذا تم استئصال المبايض مع إزالة الرحم، قد يتسبب ذلك في جفاف المهبل بسبب انخفاض مستويات الإستروجين، مما يجعل ممارسة العلاقة الزوجية مؤلمة .

والحل هو :

- استخدام مرطبات لترطيب منطقة المهبل أو مزيلات تسهيل الجماع، أو الزيوت النباتية غير المشبعة التي لا تحتوي على مواد حافظة، أما إذا كنت تستخدمين الواقي الأنثوي، فاستخدمي مواد الترطيب القائمة على الماء، بدلاً من تلك القائمة على الزيوت لأنها قد تتلف الواقي .
- تجنب البتروليوم جيل مثل الفازلين، لأنه قد يزيد من خطر تهيج المهبل والإصابة بالعدوى .
- استخدام جرعة صغيرة من منتجات الإستروجين، مثل كريم الإستروجين للمهبل والتي تعالج الجفاف المهبل وتهيج المهبل من خلال التأثير فقط على منطقة المهبل، وإذا كنت تعاني من أعراض انقطاع الطمث الأخرى، تحدثي مع طبيبك حول العلاج الهرموني بالإستروجين وخيارات العلاج الأخرى .
- قد يحدث الألم أثناء الجماع إذا تم تقصير المهبل أثناء استئصال الرحم، لذلك تغيير الأوضاع الجنسية قد يساعد على جعل الجماع أقل إيلاماً، تحدثي مع طبيبك إذا كان لديك أي صعوبة أثناء الجماع بعد استئصال الرحم.

خلال أول أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع، من المهم أن تحصل على أكبر قدر من الراحة، وأيضاً أن تضعي وسادة على مكان الجرح، خاصة إذا كنت مصابة بالسعال أو تريدين أخذ نفس عميق، لأن هذا سيدعم بطنك ويقلل الألم .

تدريجياً سيمكّنك زيادة الأنشطة التي تقومين بها، وحتى تتم عملية التعافي بشكل جيد، عليك تجنب رفع أشياء ثقيلة، فلا تحملي شيئاً أكثر من ٨ كجم خلال أول ٦-٤ أسابيع بعد الجراحة، ولنفس السبب، أيضاً تجنبي الجماع المهبل في هذه الفترة .

بمجرد أن تتمكنين من التحرك بسهولة من دون ألم، أو بدون استخدام أدوية مسكنة للألم، يمكنك قيادة السيارة، أما الشفاء الكامل عادة ما يستغرق من ٤ : ٦ أسابيع، ويمكنك العودة بعدها لروتينك الطبيعي وعملك، وهذا لا يتوقف فقط على طافتك وقدرتك، بل وأيضاً طبيعة عملك ومتطلباته .

قد تواجهك بعض المشاكل بعد استئصال الرحم على المدى الطويل والتي سنوضحها لك وهي :

ضعف الحوض :

- بعد استئصال الرحم، بعض النساء قد تظهر لديهم مشاكل جسدية أخرى تتعلق بضعف عضلات الحوض والأربطة التي تدعم المهبل والمثانة والمستقيم .
- والحل: ممارسة تمارين كيجل، التي قد تساعد على تقوية عضلات الحوض والأربطة، ولكن بعض النساء قد يتطلب الأمر اللجوء لعلاجات أخرى، بما فيها إجراء جراحة إضافية .