

مراقبت‌های سیستم‌سیستوسل (افتادگی مثانه) و

رکتوسل (افتادگی مقعد):

- جلوگیری از عفونت و وارد شدن فشار به محل بخیه از اهداف فوری مراقبت در دوره بعد از عمل جراحی می باشد.
- برای رسیدن به این هدف به مراقبت میاندوراه نیاز دارد و به همین دلیل ممکن است پانسمان انجام شود.
- بعد از عمل بیمار در وضعیت درازکش قرار گیرد و سر زانو کمی بالاتر از سطح تخت قرار می گیرد.
- از دستکاری بخیه ها تا بهبودی زخم که معمولاً ۲ الی ۴ هفته طول می کشد خودداری کند.

- روز اول بعد از عمل رژیم غذایی مایع شروع می شود و بعد از تحمل بیمار، غذای کامل شروع می شود.
- بعد از دو بار دفع ادرار یا اجابت مزاج باید ناحیه میاندوراه را با محلول نمکی گرم و استریل آب کشید و با گاز استریل پاک کرد.
- در دوران نقاهت، دوش مهلی با مراحل نمکی استریل روزی ۲بار انجام شود.

توضیح دوش واژینال:

- دوش واژینال یک روش درمانی در مبتلایان به بیماریهای زنان است، که معمولاً قبل و بعد از عمل جراحی برای تمیز کردن و ضد عفونی کردن

➤ مهبل و نواحی مجاور آن انجام می شود.

➤ برای خشک کردن ناحیه و تسریع فرآیند بهبودی، می توان از سشوار یا لامپ گرمایی استفاده کرد.

➤ استفاده موضعی از کیسه یخ ممکن است ناراحتی بیمار را تسکین دهد. برای این منظور تکه های یخ در کیسه ای پلاستیکی بریزید و آن را روی میاندوراه قرار دهید وزن کیسه یخ باید روی تخت بیفتد و به بیمار فشاری وارد نشود.



مراقبت های بعد از عمل سیستوسل و رکتوسل (افتادگی مثانه و مقعد)



واحد آموزش سلامت

➤ جهت پیشگیری و معاینه و همچنین
از سرگیری فعالیت های جنسی به
پزشک مراجعه کنید.

به بیمار توصیه می شود در صورت
بروز علائمی مثل درد لگن و مشاهده
ترشح غیرعادی، ناتوانی در انجام
فعالیت شخصی و خونریزی مهبل
فوراً به پزشک مراجعه نمایید.



➤ برای تقویت میاندوره از
ورزش های تقویت کننده میاندوره
استفاده کنید.

➤ بیمار باید یاد بگیرد که این
عضلات را به مدت ۳-۵ ثانیه به
دفعات ۱۰ بار در هر نوبت در
سراسر روز منقبض نماید، سپس
باید دفعات این ورزش را بطور
پیشرونده افزایش دهد. بیمار می
تواند از مسهل های ملایم استفاده
کند.

➤ از بلند کردن اشیاء سنگین و
ایستادن به مدت طولانی خودداری
فرمایید.