



بیمارستان سیدالشهداء

سمیرم

هیستروکتومی



گردآورنده: نفیسه تیموری

کارشناس مامائی

تابستان ۹۹

مقدمه:

هیستروکتومی عمل جراحی است که برای برداشتن رحم انجام می شود. رحم عضوی از بدن است که در زمان بارداری جنین در آنجا رشد می کند. در این جراحی معمولاً تمام رحم برداشته می شود. ممکن است پزشک لوله های فالوپ و تخمدان ها را هم بردارد. پس از هیستروکتومی دیگر **قاعدگی ماهیانه** نخواهید داشت و نمی توانید باردار شوید.

### برداشتن رحم یا هیستروکتومی

رحم یک عضو گلابی شکل عضلانی است که در داخل محوطه لگن قرار دارد. به عمل جراحی که هدف از انجام آن برداشتن کامل یا قسمتی از رحم می باشد عمل هیستروکتومی (Hysterectomy) یا زهدان برداری گفته می شود. بسیاری از بیماری های رحم با عمل هیستروکتومی ، با یا بدون برداشتن تخمدان یا تخمدان ها بهبود می یابند.

چه زمانی باید عمل هیستروکتومی انجام بگیرد؟

این عمل یکی از گزینه های درمانی در زنان مبتلا به فیبروئید، اندومتریوز، بیماری التهابی لگن و یا دوره های سنگین قاعدگی می باشد. اگر فردی به پرولاپس رحم مبتلا باشد ممکن است پزشک برای ترمیم پرولاپس از عمل هیستروکتومی استفاده نماید. با این حال این عمل بیشتر در زنانی انجام می شود که سرطان نداشته باشند اما به علت خونریزی و درد شدید در ناحیه ی رحم ترجیح می دهند که رحم خود را بردارند.

### عوارض هیستروکتومی

چیست؟

- ° خونریزی شدید در هنگام عمل
- ° نوسانات خلقی ناشی از عدم تعادل هورمونی
- ° پوکی استخوان
- ° افزایش وزن
- ° عفونت مثانه و یا برش جراحی که ممکن است لازم باشد فرد آنتی بیوتیک مصرف کند.
- ° آسیب دیدن مثانه یا حالب
- ° ترومبوز وریدی که البته بسیار نادر است. (به ایجاد لخته خون در سیاهرگ های ساق پا، ران یا لگن ترومبوز وریدی گفته می شود.)
- ° التهاب و درد مزمن لگنی
- ° نئوپلاسم های سرویکس
- ° سرطان تخمدان (معمولاً همراه هیستروکتومی برای کاهش احتمال بروز سرطان تخمدان، تخمدان ها نیز از بدن خارج می شوند.)

قبل از هیستروکتومی



بعد از هیستروکتومی



## دوره‌ی بهبود بعد از عمل

پس از عمل به مدت چند روز استفاده از مسکن‌های قوی تجویز می‌شود. همچنین استفاده از **پمپ درد** یک روش خوب برای کاهش درد پس از عمل می‌باشد. اغلب زنان به مدت ۳ الی ۵ روز بعد از عمل جراحی در بیمارستان بستری می‌شوند. دوره نقاهت عمل تا رسیدن به بهبودی کامل نیز ۴ الی ۶ هفته به طول می‌انجامد.

### مراقبت‌های پس از عمل برداشتن رحم

- پس از عمل، بیمار در بخش بستری شده و مدت آن به وضعیت بیمار و نظر پزشک بستگی دارد.
- ۱۲ تا ۲۴ ساعت پس از عمل می‌بایست از تخت پایین آمده و راه بروید.
- بهتر است هر ۲ ساعت یکبار نفس عمیق بکشید و سرفه کنید. این حرکت از عفونت ریه جلوگیری می‌کند. برای جلوگیری از هرگونه احساس ناراحتی در هنگام سرفه و تنفس عمیق، می‌توانید یک بالش بر روی محل عمل قرار دهید.
- ۴۸ ساعت پس از عمل، طبق نظر پزشک استحمام بطور ایستاده مانعی ندارد. محل زخم را می‌توان با آب و شامپو بچه شسته و سپس محل عمل را خشک کرد. پس از آن نیازی نیست که روی محل عمل را بپوشانید.

- آنتی بیوتیک و مسکن تجویز شده را حتما طبق دستور پزشک استفاده نمایید.
- پس از ترخیص از بیمارستان باید در منزل به اندازه کافی استراحت داشته باشید.
- پس از عمل احساس اضطراب، عصبانیت، ترس، افسردگی و ناامیدی طبیعی است. می‌توانید با در میان گذاشتن این احساسات با نزدیکان خود از میزان آن بکاهید.
- با انجام این عمل به جز ایجاد محل بخیه، هیچ تغییری در بدن شما از جمله چاق شدن و یا رویش موهای زاید و بلند در صورت یا بدن دیده نخواهد شد.
- بهتر است پس از عمل، از مواد غذایی غنی از پروتئین مانند گوشت، ماهی، پنیر، شیر، سویا و تخم مرغ استفاده کنید.
- برای کشیدن بخیه‌ها می‌توانید ۷ تا ۱۰ روز پس از عمل به پزشک خود مراجعه نمایید.
- از لباس‌های آزاد استفاده کنید.
- ۲ تا ۴ هفته پس از عمل وجود کمی ترشح یا خونریزی از واژن طبیعی است.
- تا ۳ ماه نباید ورزش حرفه‌ای یا سنگین انجام دهید.
- فعالیت خود را ۴ تا ۶ هفته کاهش دهید.

- اجسام سنگین‌تر از ۲ کیلوگرم را بلند نکنید.
- فعالیت‌های شدید یا ورزش سنگین انجام ندهید.
- تا دو هفته رانندگی نکنید.
- برای بالا و پایین رفتن از پله‌ها بسیار آرام و پله به پله حرکت کنید.
- پیاده روی کنید و به تدریج تا حدی که می‌توانید سرعت و مسافت را افزایش دهید.

### علائم هشداردهنده:

در صورت وجود یکی از علائم زیر پس از عمل برداشتن رحم فوراً به مرکز درمانی یا پزشک خود مراجعه کنید:

° قرمزی، تورم یا ترشح چرک از محل عمل

° ترشح بدبو از واژن

° درجه حرارت بیش از ۳۷/۴ (تب)

° خونریزی شدید از واژن