



بسمه تعالی

سیتوسل و رکتوسل



مرکز آموزشی پژوهشی درمانی امام علی (ع)

دفتر آموزش سلامت

تاریخ تولید: ۹۵/۰۲/۱۰

کد: ۴-۳

آموزش های پس از عمل

-بلافاصله پس از اتمام عمل و هوشیار شدن، با پرستار به بخش منتقل خواهید شد و خانواده تان حضور می یابند.

-برای جلوگیری از یبوست و فشار به بخیه ها بایستی مایعات فراوان و غذاهای پرفیبر (سبزیجات و میوه جات) استفاده نمایید، پیاده روی کنید و از نرم کننده های مدفوع طبق دستور پزشک استفاده نمایید.

-بی حرکتی بعد از عمل می تواند سبب رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه ها گردد، لذا ورزش های تنفسی و چرخش پارا که به شما آموزش داده شده، بلافاصله پس از جراحی انجام دهید.

-بهتر است هر ۲ ساعت یکبار تنفس عمیق بکشید و سرفه کنید. این حرکت تا حدود زیادی از عفونت ریه ها جلوگیری می کند.

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

منبع : Consult Nursing (پایگاه اطلاعاتی)

انجام خواهد شد و در صورت نداشتن مشکل قلبی و تنفسی عمل خواهید شد.

-اگر شما مبتلا به بیماری خاصی هستید و یا دارویی مصرف می کنید و یا به ماده خاص حساسیت دارید، حتما به پزشک معالج و متخصص بیهوشی و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است قبل از عمل به دارو یا مراقبت خاص نیاز داشته باشید.

-اگر آسپرین، وارفارین و دیگر داروهای ضد انعقاد مصرف می کنید حتما به پزشک خود اطلاع دهید، تا در مورد قطع آن قبل از عمل تصمیم گیری شود.

-جهت کاهش احتمال عفونت شب قبل از عمل استحمام کنید و موهای زائد ناحیه جراحی را بتراشید.

سیتوسل و رکتوسل

جابه جایی مثانه به سمت پایین را سیتوسل و پیش آمدگی انتهای روده بزرگ (رکتوم) به طرف دیواره پشتی واژن را رکتوسل میگویند.

علائم و نشانه ها

- احساس فشار در واژن
- بی اختیاری ادرار خصوصاً هنگام سرفه، عطسه یا هرگونه زور زدن، بلند کردن اجسام سنگین، ایستادن به صورت طولانی تشدید می شود.
- تکرر ادرار و تمایل شدید به دفع ادرار
- علائم عفونت ادراری در موارد شدید
- خستگی پذیری
- درد پشت لگن
- عدم تخلیه کامل هنگام اجابت مزاج
- رکتوسل به طور شایع با خونریزی همراه است
- یبوست، اسهال، بی اختیاری و دفع گاز، بی اختیاری و دفع مدفوع و زور پیچ
- مقاربت دردناک

- درد پهلو و درد کمر علائم به دنبال فعالیت شدید و ایستادن طولانی مدت و زور زدن تشدید می شود در حالیکه استراحت و خوابیدن به پهلو یا روی شکم باعث تسکین علائم میشود.

توصیه های لازم جهت پیشگیری

- در هنگام مراقبت های دوران بارداری و ویزیت به موقع ماما یا متخصص زنان می تواند به تشخیص زودرس بیماری کمک نماید.
- یبوست یکی از علل رکتوسل می باشد بنابراین از یبوست پیشگیری کنید .
- پیشگیری از چاقی و سرفه های مزمن
- خودداری از مصرف دخانیات
- از بلند کردن اجسام سنگین به طور مکرر پرهیز نمایید.
- تاخیر در درمان، احتمال عوارضی مثل عفونتهای رحم، دهانه رحم و مثانه و بواسیر را زیاد می کند.
- ورزش های تقویت کننده ی پرینه (کِگِل) به خصوص پس از زایمان از بروز افتادگی جلوگیری می کند.

روش تمرینات ورزش کِگِل

این روش مانند زمانی است که شخص در هنگام ادرار نمودن می خواهد جریان خود را قطع کند.

پس شما عضلات مورد استفاده در قطع جریان ادرار را حدود ۱۰ ثانیه بفشارید و سپس برای مدت ۱۰ ثانیه آنها را شل کنید این عمل را هر دفعه ۲۵ - ۳۰ بار در هر روز حداقل ۳ بار انجام دهید بهتر است اوایل در وضعیت نشسته بر روی صندلی سفت انجام دهید. ولی بعداً در هر وضعیتی (نشسته، ایستاده؛ خوابیده) قابل انجام می باشد.

درمان

-در موارد درجات خفیف بیماری، که شما فقط دارای افتادگی بدون علائم هستید، از شما خواسته می شود که فیبر بیشتری در رژیم غذایی روزانه (حدود ۲۰ گرم) برای پیشگیری از یبوست مصرف کنید و اگر دچار سرفه مزمن هستید آن را درمان کنید.

-به شما توصیه می شود از بلند کردن اشیاء سنگین وسیگار کشیدن خودداری کنید. از کافئین (موجود در قهوه، چایی و نوشابه های گازدار) پرهیز کنید و اگر دارای اضافه وزن هستید، سعی در کاهش وزن خود داشته باشید.

-برای افرادی که درد شدید به دلیل پرولاپس و افتادگی رحم و مثانه دارند یا مشکلات روده و مثانه مانند عدم تخلیه کافی مدفوع و یا بی اختیاری ادرار دارند، جراحی ترمیمی توصیه میگردد که تشخیص لزوم عمل جراحی به عهده متخصص مربوطه می باشد.

آموزش های قبل از عمل

-پس از مراجعه به پزشک و اخذ دستور بستری، در صورت صلاحدید پزشک معالج به پزشک متخصص بیهوشی جهت انجام مشورت بیهوشی مراجعه