

شماره سند: H04B1E100/W15

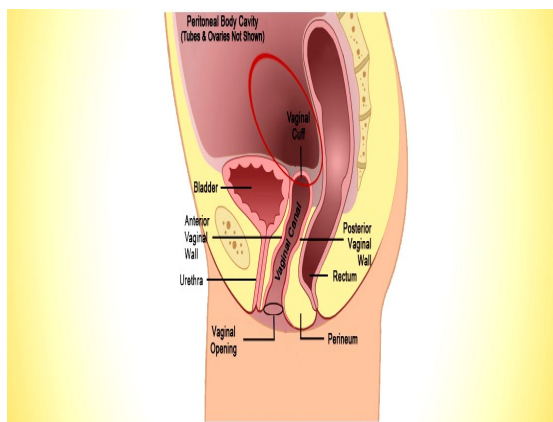
تاریخ ویرایش: ۱۴۰۴/۰۵/۳۰

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۶/۱۲/۲۵



آموزش به بیمار

ترمیم کانال زایمان (کلپورافی)



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی
شهید هاشمی تژاد مشهد
واحد آموزش به بیمار



منبع :
سایت

www.medlineplus.gov

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید

هاشمی تژاد تلفن: ۱۵-۱۱-۲۷۳۷۰۱۳ یا با شماره ۳۱۰۹

تماس گرفته و شماره بخش زنان و مامائی ۲۲۵۰ را وارد نمایید.

سایت بیمارستان: hasheminejad.mums.ac.ir

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه

روزه به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲ پاسخگوی سوالات شما

می باشد تلفن داخلی کلینیک ۸۰۰۳ می باشد.

جهت دریافت محتوای آموزشی بارکد زیر را اسکن کنید.



تغذیه:

- **پرهیز از مواد غذایی نفاخ:** از خوردن غذاهای نفاخ چون حبوبات، میوه خام، سبزی خام و آب میوه های صنعتی پرهیزید.
- **مصرف مایعات:** آب به میزان فراوان مصرف کنید. حداقل ۸ لیوان در روز تا از یبوست جلوگیری نماید.
- **مواد غذایی پر فیبر:** برای جلوگیری از یبوست میوه و سبزی پخته، روغن زیتون، آلو و انجیر خشک خیس کرده استفاده کنید.
- **مواد غذایی حاوی پروتئین:** پروتئین برای ترمیم بافتها، ضروری است. منابع: گوشت کم چرب، مرغ، ماهی، تخم مرغ، لبنیات، حبوبات (لوبیا، عدس)، مغزها و دانهها.



این پمفلت شامل اطلاعاتی در مورد بیماری شما است که رعایت آنها به بهبودی شما کمک می کند. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید.



کلپورافی چیست؟

کلپورافی یک نوع عمل ترمیمی در کانال زایمان است که بدنبال اشکالات ساختمانی در مهبل انجام می شود. گذشت زمان و نیروی جاذبه ممکن است منجر به کشیدگی و شل شدن رباط ها و ساختارهای حفاظت کننده از لگن زنان شود. همچنین زایمان های متعدد می تواند موجب پارگی عضلات، در نتیجه ضعف ساختمان های لگن گردد. ضمناً با افزایش سن و کمبود هورمون های زنانه، این عارضه تشدید می شود.

مراقبت های بعد از عمل جراحی چیست؟

مراقبت از اتصالات:

- پس از عمل کلپورافی پزشک در حین عمل برای شما سوند ادراری جهت خالی نگهداشتن مثانه می گذارد و ممکن است این سوند برای یک روز یا حتی مدت زمان بیشتری با شما باشد پس برای نگهداری از آن توصیه های پرستاران را رعایت فرمایید. پس از اینکه مجاز به حرکت خارج از تخت شدید، باید سوند ادراری را داخل یک پاکت پلاستیکی قرار داده و پایین تراز سطح مثانه با خود حمل کنید.
- در صورتیکه نیاز بود با سوند ادراری ترخیص شوید نکات مراقبتی لازم را توجه کنید.
- چنانچه احساس احتباس ادراری یا هر مشکلی در سوند نمودید پرستاران را در جریان قرار دهید.

مراقبت از زخم:

- **تمیز و خشک نگه داشتن:** پس از عمل جراحی تا زمانیکه پزشک توصیه می کند از حمام وان استفاده نکنید و سعی کنید در حمام بصورت ایستاده به مدت کوتاه دوش بگیرید.
- بعد از هر بار دفع ادرار یا مدفوع ناحیه پیرینه را با آب ولرم که با مختصری بتادین مخلوط نموده آید، شستشو دهید و با دستمال تمیز قابل جذب خشک کنید.
- **نحوه نشستن:** سعی کنید برروی بخیه ها مستقیم فشار نیاورید و اکثراً بصورت لمیده روی صندلی یا تشک بنشینید.
- **استفاده از لباس زیر نخی و تعویض آن در صورت احساس رطوبت و یا استفاده از پد های بهداشتی نیز توصیه می شود.**
- در صورت احساس درد یا ناراحتی در ناحیه بخیه ها از کیسه یخ به صورت موضعی استفاده کنید.
- **علائم عفونت:** ممکن است تا مدتی حالت لکه بینی وجود داشته باشد که طبیعی است. مراقب علائم عفونت باشید و در صورت مشاهده فوراً به پزشک اطلاع دهید:

- * افزایش قرمزی، تورم یا درد در اطراف زخم.
- * ترشحات زرد یا سبز بدبو از زخم.
- * تب بالای ۳۸ درجه سانتی گراد.
- * خونریزی و دفع لخته خون
- **تبعیت از مصرف دارو:** داروهای آنتی بیوتیک خود را علی رغم احساس بهبودی، تا پایان دوره درمان مصرف کنید.



فعالیت و استراحت:

- **استراحت کافی:** به بدن خود فرصت دهید تا بهبود یابد. سعی کنید بیشترین زمان را دراز بکشید یا بنشینید.
- **اجتناب از بلند کردن اجسام سنگین:** از بلند کردن اجسام سنگین، ایستادن به مدت طولانی و نشستن برروی بخیه ها اجتناب کنید (حداقل تا ۶ هفته بعد از عمل)
- **فعالیت جنسی:** جهت شروع زمان مقاربت جنسی با پزشک معالج خود مشورت کنید (تا حد امکان نباید تا ۲ ماه بعد از عمل مقاربت داشته باشید).
- **فعالیت های سبک:** پیاده روی های کوتاه در خانه یا بیرون برای جلوگیری از یبوست و بهبود گردش خون (پیشگیری از تشکیل لخته خون) توصیه می شود. از انجام حرکات شکمی شدید (مانند دراز و نشست) تا ۶ هفته پرهیز کنید. از انداختن پاها روی هم و طولانی نشستن پرهیزید.
- در منزل از توالیت فرنگی استفاده کنید.

