

مددجوی عزیز:

باسلام و آرزوی سلامتی برای شما، امیدواریم از لمظاتی که در کنار شما بودیم رضایت کافی داشته باشید و هر چه سریعتر به آغوش خانواده و جامعه بازگردید. این پمفلت آموزشی جهت افزایش اطلاعات شما در مورد مراقبت بعد از عمل و پیشگیری از عوارض آن در اختیار شما قرار گرفته است.

کلپورافی چیست؟

کلپورافی یک نوع عمل ترمیمی در مهبل (کانال زایمان) است که به دنبال 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، این عارضه تشدید می شود. کلپورافی در موارد زیر انجام می شود.

افتادگی مثانه

عبارتست از افتادن بخشی از دیواره خلفی مثانه به داخل مهبل، که معمولاً در اثر آسیب و فشار زایمان ایجاد می شود. که این شرایط با بالا رفتن سن تشدید می گردد. افتادگی مثانه ممکن است در زنان جوانتر و چندزا و زنانی که هنوز یائسه نشده اند نیز ایجاد شود.

علائم ایجاد شده در افتادگی مثانه

- احساس فشار و سنگینی در مهبل
- احساس خروج چیزی از مهبل
- بی اختیاری ادرار به دنبال سرفه، عطسه یا هر گونه زور زدن
- تکرر ادرار و احساس فوریت در ادرار

افتادگی رکتوم یا مقعد

عبارتست از بیرون زدن قسمتی از مقعد از دیواره خلفی مهبل، علل ایجاد آن شبیه افتادگی مثانه است.

علائم ایجاد شده در افتادگی مقعد

- احساس فشار و سنگینی در مهبل
- پری مقعد
- عدم تخلیه کامل در هنگام اجابت مزاج (یبوست)
- عدم کنترل گازهای روده ای و مدفوع

افتادگی رحم

عبارتست از پایین آمدن و بیرون زدگی غیر طبیعی رحم به سمت مهبل، که معمولاً در زنان چندزا و به علت صدمات زایمانی ایجاد می شود. که البته شدت افتادگی متفاوت است.

آموزش ورزش کگل

(در این ورزش که منجر به تقویت عضلات کف لگن، کاهش و جلوگیری بی اختیاری استرسی و بهبود حس در نزدیکی می شود) به بیمار آموزش می دهیم حداقل ۱۰-۵ ثانیه عضلات کف لگن را منقبض، سپس ۱۰-۵ ثانیه شل نماید. این تمرین را باید حداقل روزی سه بار هر بار ۲۰-۱۵ بار سه بار در هفته تکرار کند. (این تمرینات در مراحل اولیه افتادگی موثر است)

	عنوان سند: کلیورافی	
	شماره سند: BH-P-C-27 شماره ویرایش: ۰۱ شماره بازنگری: ۰۱ تاریخ تدوین: اردیبهشت ۹۵ - تاریخ بازنگری: دی ۹۵ - تاریخ ویرایش: دی ۹۵	



(آموزش به مددجو)

کمیته آموزش به بیمار
بیمارستان و زایشگاه بنت الهدی

منبع: برونر و سودارث

آدرس: مشهد- فیابان بهار

bentolhodahospital@yahoo.com

تلفن تماس: ۵- ۵۱۳۸۵۹۰۰۵۱

کانال تلگرامی: @benthospital

۴. در صورت درد، استفاده از کیف یخ به صورت موضعی و یا

اسپری ضد درد طبق تجویز

۵. رژیم غذایی نرم و استفاده از ملین ها برای جلوگیری از

پیوست تا به بخیه ها فشار نیاید.

۶. تشویق به ادرار پس از چند ساعت بعد از عمل

۷. نحوه خوابیدن طوری باشد که سر و زانوها مقداری بالاتر

قرار گیرد.

مراقبت در منزل

۱. استفاده از ملین و انجام ورزش کجل برای تقویت

عضلات کف لگن

۲. اجتناب از بلند کردن اشیای سنگین و یا ایستادن به

مدت طولانی

۳. شروع مقاربت جنسی بعد از دو هفته تا یک ماه با

مشورت پزشک

۴. مراجعه به پزشک در صورت بروز درد، خونریزی و

ترشحات غیرطبیعی

۵. رعایت بهداشت فردی

درمان جراحی

این درمان در مواردی که افتادگی شدید باشد و به

درمان های فوق پاسخ ندهد، انجام می شود.

مداخلات قبل از عمل

۱. حداقل ۸ ساعت قبل از عمل چیزی نخورده(ناشتا باشد)

ممکن است تنقیه لازم باشد.

۲. تراشیدن پیرینه

۳. آرام بخش شب قبل عمل

۴. شستشوی کامل دستگاه تناسلی حین عمل ضروری است.

مراقبت های بعد از عمل

۱. تا ۲۴ ساعت بعد از عمل چیزی خورده نشود.

۲. کنترل حجم ادرار و خونریزی واژینال

۳. شستشوی با نرمال سالین گرم پس از هر اجابت مزاج و

خشک کردن با یک دستمال جاذب

