



علم أمراض النساء : آذار (مارس) 2003

معلومات لمساعدتك في تدبير أمورك بعد عملية جراحية صغرى

قبل مغادرتك المستشفى

تأكد من قبل مغادرتك المستشفى من أخذ جميع الأوراق والوثائق اللازمة وأدويةك بما في ذلك:

- أية أدوية قمت بإحضارها معك إلى المستشفى
- أية أدوية وصفها لك الطبيب لأخذها معك إلى البيت
- رسالة لتعطيها لطبيبك الخاص إذا احتاج الأمر
- تحديد موعد للعودة للمستوصف للمراجعة والكشف، (عادة بعد ستة أسابيع ما لم يطلب الطبيب موعداً مبكراً). إذا لم يتم تحديد موعداً عند المغادرة فسيتم إرسال الموعد في البريد.

ماذا يمكن أن تتوقعي بعد ذهابك إلى البيت

- فترة النقاهة تتراوح من أسبوع إلى أسبوعين بعد إجراء عملية جراحية صغرى
- نزيف المهبل قد يستمر من 5-10 أيام بعد العملية. أما إذا ما استمر النزيف أو أصبح غزيراً بالتدريج، فعليك بالذهاب لطبيبك الخاص أو العودة إلى قسم الطوارئ في المستشفى.
- استخدمي الفوط الصحية (pads) ولا تستخدمي السدادة (tampon).

انتبهي لعلامات الالتهابات

مثل:

- التورمات (الهبوة) المفاجئة/ الارتقاع المفاجئ في درجة حرارتك/ أو التعرق
- الآلام المفاجئة
- تزايد النزيف المهبلي
- الإفرازات المهبلية الغزيرة



العناية بنفسك

- خذي قسطا وافرا من الراحة خلال الأربعة وعشرين ساعة الأولى بعد العملية. لا تحملي أشياء ثقيلة ولا تقومي بأداء الأعمال المنزلية أو الطبخ.
- يمكنك العودة إلى نشاطاتك الاعتيادية تدريجيا وعناية.
- لا تقودي السيارة.
- لا تشربي الكحول.
- لا تقومي بتشغيل آلات أو أجهزة كهربائية.
- لا توقعي على أية وثائق قانونية.

كيفية العناية بالجرح

- إذا أجريت عملية تنظيف البطن أو التجويف الحوضي، فيجب الإبقاء على الجرح نظيفا وجافا. أخبري طبيبك فوراً إذا ما لاحظت تورما أو سخونة عند لمس الجرح، أو إذا شعرت بألم حاد. أما إذا كان هناك ضمادات معقمة على الجرح فاتركيها حتى تسقط بنفسها.
- إذا كان هناك غرز طبية – فسيقوم طبيبك المحلي بإزالتها عادة بعد أربعة أيام.
- قد تشعرين بألم في أعلى الكتف أو في القفص الصدري بسبب كميات صغيرة من الغاز المتبقية تحت الحجاب الحاجز وقد يستمر هذا الألم لمدة تصل إلى 48 ساعة.

إذا شعرت بألم

- استمري في تناول المسكنات بانتظام (كل 4-6 ساعات)، مثل البنادول (Panadol)، أو بنادين (panadeine)، أو البنادين فورت (Panadeine Forte) إذا وصفه لك الطبيب.
- يمكنك مزاولة نشاطاتك الجنسية بعد توقف النزيف المهبل وشعورك بالراحة والاستعداد لذلك ما لم يطلب منك الطبيب عكس ذلك.
- تناولي مشروب البايونج أو الشاي بالنعناع لمعالجة مشكلات الغازات.
- إذا أجريت فحصا مخروطيا (Cone Biopsy) أو تلقيت معالجة ليزية أو معالجة بالإتفاد الحراري للمهبل (LEEP or Diathermy treatment) - الإفرازات هي أمر عادي. وقد تكون على شكل بقع من الدم ويجب أن تزول هذه خلال أسبوعين أو ثلاثة. يمكن أن يحصل نزيف ما بين اليوم العاشر والرابع عشر، ويجب أن تكون نسبته أقل من العادة الشهرية. يرجى الاتصال بالمستشفى إذا أصبح النزيف أكثر غزارة أو إذا أخرجت أي كتل .
- عليك تجنب رفع الأشياء الثقيلة لمدة أسبوعين بعد العملية.
- لا تستخدمى السدادات (tampons) – استخدمى عوضا عن ذلك الفوط الصحية (pads) على مدى الأسبوعين التاليين.
- عليك تجنب مزاولة الجنس لمدة أربعة أسابيع.
- راجعي بشأن الفحص المخروطي أو المعالجة الليزرية للمهبل.
- سيتم إرسال موعد المراجعة بالبريد في الشهر القادم.
- يرجى الاتصال بالمرمزة المتخصصة في خلل التنسُّج (Dysplasia) على الرقم 8345 2000 (03)



لمزيد من المعلومات

إذا كان لديك أية أسئلة أو استفسارات فيرجى عدم التردد في الاتصال بوحدة الجراحة اليومية (Day Surgery Unit) من الاثنين إلى الجمعة على الرقم 8345-3300 (03) أو 8345 3636 (03). أو اتصلي بطبيبك الخاص. وفي حالات الطوارئ يمكنك الاتصال بقسم الطوارئ في مستشفى النساء الملكي على الرقم 8345 2000 (03).