



ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΙΚΟ ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ: ΜΑΙΟΣ 2002

## Πληροφορίες για να σας βοηθήσουν μετά από μια **μικροεπέμβαση**

### Πριν φύγετε από το νοσοκομείο

Πριν φύγετε από το νοσοκομείο βεβαιωθείτε ότι έχετε όλα τα χαρτιά και τα φάρμακά σας, όπως:

- οποιαδήποτε φάρμακα φέρατε μαζί σας στο νοσοκομείο
- οποιαδήποτε φάρμακα που σας χορήγησε ο γιατρός σας για να τα πάρετε σπίτι σας
- μια επιστολή για να δώσετε στον Οικογενειακό σας Γιατρό αν χρειάζεται
- ένα ραντεβού για να επιστρέψετε στην κλινική για επανεξέταση, (συνήθως σε 6 εβδομάδες εκτός εάν ο γιατρός σας θέλει να σας δει νωρίτερα). Αν δεν σας έκλεισαν ραντεβού την ώρα του εξιτηρίου σας, θα σας σταλεί ταχυδρομικώς.
- ένα απόκομμα εξιτηρίου για να το δώσετε στο Γραφείο Εισαγωγών και Εξαγωγών (Admissions and Discharge) στον 1<sup>ο</sup> Όροφο

### Τι να αναμένετε αφού επιστρέψετε σπίτι σας

- Η ανάρρωση θα πρέπει να πάρει μία έως δύο εβδομάδες
- Η κολπική αιμορραγία μπορεί να συνεχιστεί για πέντε έως δέκα ημέρες μετά την εγχείρηση. Αν η αιμορραγία συνεχιστεί ή σταδιακά γίνει πιο βαριά πηγαίνετε να δείτε τον Οικογενειακό σας Γιατρό ή επιστρέψτε στο Τμήμα Πρώτων Βοηθειών.

### Να προσέχετε για ενδείξεις μόλυνσης

Όπως:

- Ξαφνικές εξάψεις / υψηλός πυρετός / ιδρώτας.
- Ξαφνική εμφάνιση πόνου.
- Αύξηση της κολπικής αιμορραγίας.
- Κολπική απόκριση.

### Πώς να φροντίζετε τον εαυτό σας

- Στις πρώτες 24 ώρες, βεβαιωθείτε να ξεκουραστείτε αρκετά. Μη σηκώνετε βαριά πράγματα, μην κάνετε δουλειές του σπιτιού ή μαγειρέμα.
- Σταδιακά ξαναρχίστε τις κανονικές σας ασχολίες.

# A Royal Women's Hospital Well Women's Publication



ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΙΚΟ ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ: ΜΑΙΟΣ 2002

Πληροφορίες για να σας βοηθήσουν μετά από μια μικροεπέμβαση (συνέχεια)

## Πώς να φροντίζετε την πληγή σας

- Αν κάνατε λαπαροσκοπική ή πυελοσκοπική εγχείριση, βεβαιωθείτε να διατηρείτε τις πληγές καθαρές και στεγνές. Ειδοποιήστε το γιατρό αν οι πληγές καίνε στο άγγιγμα, έχουν πρηστεί ή είναι υπερβολικά επώδυνες. Αν έχουν τοποθετηθεί αποστειρωτικοί επίδεσμοι (Steri-strips), αφήστε τα μέχρι να φύγουν μόνα τους.
- Συνεχίστε να παίρνετε τακτικά αναλγητικά φάρμακα όπως Panadol ή Panadeine, ή Panadeine Forte, αν σας τα έγραψε ο γιατρός, κάθε τέσσερις έως έξι ώρες.
- Αν παίρνετε κωδεΐνη θα χρειαστεί να προσέχετε να μην πάθετε δυσκοιλιότητα. Αν πάθετε δυσκοιλιότητα πάρτε ένα ελαφρύ καθαρτικό όπως Metamucil ή Nulax.
- Μπορείτε να ξαναρχίσετε τη σεξουαλική επαφή αφού σταματήσει η κολπική αιμορραγία και αισθάνεστε άνετα εκτός εάν ο γιατρός σας συνέστησε διαφορετικά.
- Δοκιμάστε τσάι μέντας ή χαμομήλι για να σας βοηθήσει αν έχετε προβλήματα με τα αέρια.

## Περισσότερες πληροφορίες

**Αν έχετε οποιαδήποτε ερώτηση ή ανησυχία μπορείτε να επικοινωνήσετε ελεύθερα με την πτέρυγα οποιαδήποτε στιγμή μεταξύ Δευτέρας και Παρασκευής στο τηλέφωνο 8345-2000.**