



TỜ HƯỚNG DẪN VỀ PHU. KHOA: THÁNG BA 2003

Thông tin nhằm giúp chị xoay sở sau lần **tiểu giải phẫu**

Trước khi rời bệnh viện chị nhớ kiểm soát xem chị có đủ giấy tờ và các thứ thuốc hay không kể cả:

- Những thứ thuốc chị mang đến nhà thương
- Những thứ thuốc bác sĩ cho phép chị đem về nhà
- Lá thư để chị trao cho bác sĩ gia đình / bác sĩ địa phương của chị nếu cần
- Lấy hẹn để trở lại y viện khám nghiệm, (thường chị trở lại tái khám sau sáu tuần rời viện trừ khi bác sĩ muốn gặp chị sớm hơn). Nếu chị không lấy hẹn khi rời viện, chị sẽ được gửi thư báo ngày hẹn.

Những điều cần biết sau khi chị về nhà

- Chị sẽ hồi phục trở lại trong khoảng từ một đến hai tuần lễ.
- Âm đạo có thể tiếp tục ra máu từ năm đến mười ngày sau khi giải phẫu. Nếu bị tiếp tục ra máu hay máu ra ngày càng nhiều, chị nên đến gặp bác sĩ địa phương của mình hay trở lại Phòng Cấp cứu.
- Hãy dùng băng vệ sinh, đừng dùng ống gạc nhét vào âm hộ (tampon).

Để ý những dấu hiệu cho thấy vết thương bị nhiễm trùng

Thí dụ như:

- Lên cơn nóng / thân nhiệt gia tăng bất thường hay chảy mồ hôi
- Lên cơn đau bất ngờ.
- Âm đạo ra máu nhiều hơn
- Có những chất tiết ra từ âm đạo có mùi hôi



TỜ HƯỚNG DẪN VỀ PHỤ. KHOA: THÁNG BA 2003

Thông tin nhằm giúp chị xoay sở sau lần tiểu giải phẫu (tiếp tục)

Chị hãy chăm sóc cho mình

- Trong 24 tiếng đồng hồ đầu tiên, chị nhớ nghỉ ngơi đầy đủ. Không khiêng nhấc đồ nặng, không làm việc nhà, hay nấu bếp.
- Từ từ làm các công việc bình thường trở lại một cách nhẹ nhàng.
- Đừng lái xe.
- Đừng uống rượu.
- Đừng sử dụng máy móc hay đồ điện.
- Đừng ký vào những đơn từ có giá trị trước luật pháp.

Chăm sóc vết thương

- Nếu là giải phẫu bằng phương pháp soi vùng sàn chậu hay soi xoang bụng, chị nhớ giữ vết thương cho sạch sẽ và khô ráo. Báo cho bác sĩ biết nếu sờ vết thương thấy nóng, thấy sưng lên hay thấy rất đau. Nếu vết thương được băng lại bằng Steri-strips, chị cứ để nguyên như thế cho đến khi lớp băng tự tróc ra.
- Nếu chị phải khâu vết thương, bác sĩ địa phương của chị có thể tháo chỉ vết khâu sau 4 ngày.
- Vai chị có thể bị sưng và chị có thể đau xương sườn do một số hơi ga còn tồn đọng dưới màng ngăn. Chị có thể bị các chứng này trong vòng 48 tiếng đồng hồ.
- **Nếu chị cảm thấy đau đớn**
- Tiếp tục uống thuốc giảm đau đều thí dụ như thuốc Panadol hay Panadeine hoặc Panadeine Forte, nếu có toa bác sĩ, cách mỗi bốn hay sáu tiếng đồng hồ.
- Chị có thể bắt đầu giao hợp trở lại sau khi âm đạo ngưng ra máu và khi chị cảm thấy thoải mái về việc đó trừ khi bác sĩ khuyên chị chưa nên giao hợp.
- Trà bạc hà hay trà Chamomile (hoa trà) giúp giảm trung tiện.
- **Nếu chị đã được chữa trị bằng phương pháp Cone Biopsy (lấy mẫu thử nghiệm) hay LEEP, cổ tử cung được chữa trị bằng phương pháp thấu nhiệt (Diathermy) hay bằng tia Laser -**
- Chất dịch tiết ra là bình thường. Chất dịch có thể có vấy máu và thường thì chị trở lại bình thường trong vòng 2 đến 3 tuần.
- Chị có thể bị ra máu trong khoảng từ ngày thứ 10 đến ngày thứ 14, máu ra ít hơn khi có kinh nguyệt. Hãy liên lạc với nhà thương nếu máu ra nhiều hơn hay chị có máu ra từng đốm tụ đặc.
- Tránh nâng vật nặng phải gồng bắp thịt trong khoảng hai tuần lễ sau khi giải phẫu.

GYNAECOLOGY INFORMATION SHEET: MARCH 2003 - Vietnamese
Information to help you manage after a minor operation

A Royal Women's Hospital Well Women's Publication



- Đừng dùng ống gạc nhét vào âm hộ (tampon) - hãy dùng băng vệ sinh trong hai lần kinh tới.
- Tránh giao hợp trong vòng 4 tuần.
- Lấy hẹn để tái khám nếu chị đã được chữa trị bằng phương pháp Cone Biopsy hay LEEP -
- Chị sẽ được gửi thư thông báo ngày hẹn tái khám một tháng sau.
- Xin liên lạc Dysplasia Nurse (Y tá chuyên về tế bào chương to) số (03) 93442987 hay Phòng Cấp Cứu số (03) 93442301

Muốn biết thêm chi tiết

Nếu chị có bất cứ thắc mắc hay quan tâm gì xin liên lạc với Day Surgery Unit (Khu Giải phẫu ban ngày) từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, qua số điện thoại (03) 9344 2490 hay (03) 9344 2219. Hoặc liên lạc đến bác sĩ địa phương. Trường hợp khẩn cấp xin gọi cho Royal Women's Emergency Department số (03) 93442301.