



TỜ HƯỚNG DẪN VỀ PHU. KHOA: THÁNG NĂM 2002

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.
- Chị cần đưa giấy rời viện cho văn phòng Admissions and Discharge (Nhập và Rời viện) khi chị rời nhà thương. Văn phòng này ở Lầu Một.

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 hãy đến gặp bác sĩ địa phương của mình hay trở lại Phòng Cấp cứu.

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

A Royal Women's Hospital Well Women's Publication



TỜ HƯỚNG DẪN VỀ PHU. KHOA: THÁNG NĂM 2002

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 nhắc đồ nặng, không làm việc nhà, hay nấu bếp.
- Từ từ làm các công việc bình thường trở lại một cách nhẹ nhàng.

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.
- 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.
- Nếu dùng codeine chị phải cẩn thận kéo bị táo bón. Nếu bị táo bón chị có thể dùng thuốc xổ loại nhẹ như Metamucil hay Nulax .
- 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.

Muốn biết thêm chi tiết

Nếu chị có bất cứ thắc mắc hay quan tâm gì xin liên lạc với khu điều dưỡng bất cứ lúc nào từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, qua số điện thoại (03) 8345 2000.