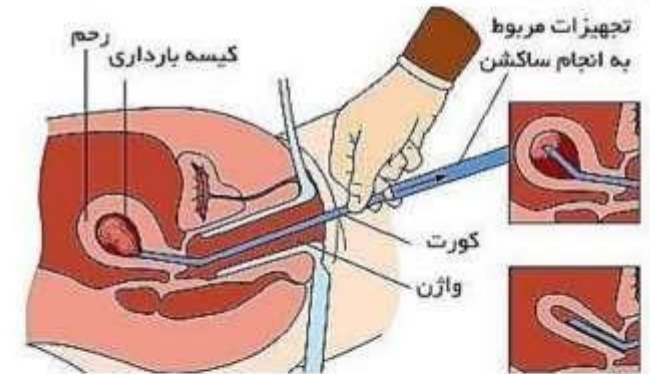


تعریف کورتاژ

باز کردن دهانه رحم و تخلیه نسج آن را کورتاژ می-گویند که یکی از شایعترین عمل جراحی در خانمها است.



مراقبت‌های بعد از عمل

استراحت در روزهای اول پس از کورتاژ توصیه می‌شود. استراحت و خواب کافی به بهبودی هرچه سریعتر کمک می‌کند.

برای مدت ۶ هفته از انجام کارها و فعالیت های سنگین خودداری کنید.

در هنگام استراحت پاهای خود را بالاتر از سطح بدن در حد ۳۰ درجه یا دو عدد بالش زیر آن قرار دهید و مچ پاهای خود را بصورت دورانی تکان دهید. این کار بر

جلوگیری از جمع و لخته شدن خون در پاها کمک می‌کند. قبل از تحرک و پایین آمدن از تخت از جوراب واریس استفاده شود. سعی کنید روزانه مدتی را به پیاده روی اختصاص دهید. توجه داشته باشید از پیاده روی های خسته کننده و دویدن و ورزش های سنگین خودداری کنید.

تماس جنسی (نزدیکی)

تا وقت بهبودی کامل و اخذ اجازه پزشک رابطه جنسی نداشته باشید.

دوره قاعدگی بعدی ممکن است در زمان منظم رخ ندهد. زودتر یا دیرتر امکان دارد.

ممکن است چند روز لکه‌بینی و خون‌ریزی کمی داشته باشید که نگران کننده نیست.

اقدام به بارداری بعد از کورتاژ

در صورتی که عمل شما خارج کردن بقایای حاملگی باشد، در صورت تمایل به بارداری مجدد لازم است حاملگی خود را تا ۳ ماه به تأخیر بیندازید.

تصمیم به بارداری مجدد حتماً باید تحت نظر پزشک متخصص زنان باشد.

مصرف دارو

باید مصرف دارو طبق دستور پزشک و منظم استفاده شود. ممکن است برای شما قرص های آهن برای جبران خون‌ریزی در کورتاژ تجویز شود.

تغذیه بعد از عمل

از خوردن غذاهای نفاخ چون حبوبات، پلو و خورش تا بهبودی کامل خودداری کنید.

غذاهای سبک مانند در حجم کم مصرف کنید. رژیم غذایی سرشار از پروتئین مثل گوشت، پنیر، تخم مرغ و سویا استفاده شود. وعده‌های میان غذایی سالم داشته باشید.

برای جلوگیری از یبوست از روغن زیتون، آلو - انجیر خشک خیس شده استفاده کنید.

عوارض احتمالی

پس از کورتاژ عوارض جانبی و خطرات احتمالی وجود دارد- عوارض جانبی رایج عبارتند از :

گرفتگی و درد در ناحیه رحم



لکه بینی یا خون ریزی خفیف



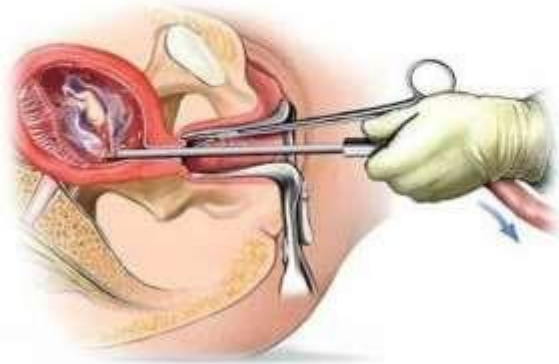


دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی آذربایجان غربی

بیمارستان نبی اکرم (ص) اشنویه

کورتاژ

آنچه باید بدانیم و اقدام کنیم



تهیه و تنظیم: کارگروه آموزش بیمار بخش زنان

تاییدکننده: رئیس بخش زنان

کد سند NA-H-PE-00

تاریخ تدوین: 1404/09/30

تاریخ بازنگری: 1405/09/30

منابع: مادر و نوزاد میترا ذوالفقاری، آموزش به بیمار ماری

ام. کانایو

در صورت بروز چه عواملی باید به بیمارستان مراجعه کنید؟

- خونریزی شدید
- درد شدید در ناحیه مهبل یا زیر شکم
- در صورت تاری دید -
- سرگیجه -
- خروج لخته های بزرگ و
- غیر طبیعی در حد بیشتر از پرئود
- ترشحات بدبو
- درد شدید در ناحیه شکم - خونریزی شدید از مهبل (واژن) - ترشحات بدبو غیر طبیعی هستند و باید فوراً به بیمارستان مراجعه کنید.
- ضعف و بی حالی
- بی اشتهايي

توجه داشته باشید عمل کورتاژ هیچ تأثیری در روند زندگی شما ندارد و می توانید بعد از یک هفته استراحت بدون هیچ مشکلی زندگی عادی خود را از سر بگیرید.

آسیب به دهانه رحم و سوراخ شدن رحم یا مثانه

چسبندگی رحم

ناباروری

حاملگی خارج از رحم

بهداشت فردی

به دلیل باز شدن رحم احتمال عفونت در این دوره زیاد است به همین دلیل باید بهداشت به صورت کامل رعایت شود. تا از عفونت جلوگیری شود.

لباس زیر و پد بهداشتی مرتب تعویض کنید.

از خیس بودن محل **پرنیه** پرهیز کنید.

سعی کنید با سشوار از راه دور خود را خشک کنید.

سعی کنید لباس نخی و گشاد به تن داشته باشید.

از لباس های چسبناک و پلاستیکی خودداری کنید.

