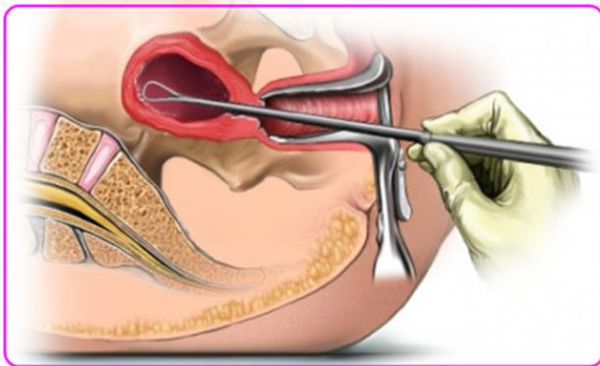




مرکز آموزشی درمانی حضرت ولی عصر (عج)

کورتاژ و مراقبت های پس از آن



واحد آموزشی به بیمار

۱۴۰۳

۵- مراجعه منظم به متخصص زنان و زایمان:

- انجام معاینات و سونوگرافی مرتب
- پیگیری روند درمان و بهبودی

۶- مدیریت استرس:

- استفاده از تکنیک‌های آرام‌بخشی مانند مدیتیشن
- انجام فعالیت‌های سرگرم‌کننده و لذت‌بخش

موارد منع عمل کورتاژ تشخیصی

۱. هنگامی که پزشک قادر به دیدن سوراخ دهانه ی رحم نباشد.
۲. دهانه واژن مسدود شده باشد.
۳. عفونت واژن و لگن وجود داشته باشد.
۴. تنگی شدید در دهانه رحم یا اندومتر
۵. وجود آرتروز شدید در بیمار
۶. ابتلا به بیماری خاصی در بیمار
۷. وجود ناهنجاری های رحم و دهانه رحم
۸. مهم ترین مورد حفظ حاملگی داخل رحم است. خانم حامله اجازه ی کورتاژ ندارد.

عوارض احتمالی عدم مراقبت درست بعد کورتاژ

خیلی از عمل هایی که انجام می شود در صورتی که توسط پزشک متخصص و ماهر و باتجربه انجام نشود ممکن است عوارضی را به دنبال داشته باشد. از جمله عوارض این عمل می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- خونریزی یا لکه بینی
- عفونت بعد از عمل که با رعایت اصول بهداشتی می توان از آن پیشگیری کرد.
- فیبروز در جای زخم یا چسبندگی
- آسیب رسیدن به دهانه رحم و در صورت وارد شدن فشار زیادی به رحم احتمال پراگی یا سوراخ شدن وجود دارد.

بعد از کورتاژ چه موقع باید به پزشک مراجعه شود؟

در موارد زیر لازم است به پزشک خود مراجعه نمایید:

۱. تب
 ۲. ترشحات زیاد و غیرطبیعی
 ۳. درد زیاد در قسمت زیر شکم
 ۴. افزایش خونریزی
 ۵. ترشحات بد بو
 ۶. هر نوع حالت غیرطبیعی مثل سردی، ضعف، بیحالی و غیره
- توجه داشته باشید عمل کورتاژ هیچ تاثیری در روند زندگی شما ندارد و می توانید بعد از یک هفته استراحت بدون هیچ مشکلی زندگی عادی خود را از سر بگیرید.

تعریف کورتاژ : باز کردن دهانه ی رحم و تخلیه ی نسج آن را کورتاژ گویند. این عمل یکی از شایعترین عملهای زنان است، می توان برای تشخیص یا درمان خونریزی های غیر طبیعی زنان به کار رود.

کورتاژ چه زمانی پیشنهاد می شود؟

۱. زمانی که نیاز باشد بافت های جفت بعد از زایمان و یا بعد از سقط جنین از داخل رحم خارج شود. با این کار از عفونت و خونریزی شدید ممانعت بعمل می آید.
۲. در تشخیص و درمان خونریزی غیر طبیعی رحم، فیبروم، عدم تعادل هورمونی، سرطان رحم و پولیپ استفاده می شود. در این روش نمونه هایی که از بافت رحم برداشته شده است جهت بررسی سلول های غیر طبیعی به آزمایشگاه فرستاده می شود.
۳. عدم رشد جنین
۴. نداشتن ضربان قلب جنین
۵. حاملگی های نا به جا که زندگی مادر را به خطر می اندازد.
۶. برای خارج کردن بافت های باقی مانده بعد از سقط جنین به منظور پیشگیری از عفونت و خونریزی
۷. برای خارج کردن بارداری مولار که در آن یک تومور به جای بارداری طبیعی ایجاد شده است.
۸. برای درمان خونریزی پس از زایمان
۹. برای خارج کردن پولیپ دهانه رحم که معمولا غیر سرطانی است.

مراقبت بعد از کورتاژ

- ۱- بعد از انجام عمل کورتاژ، معمولا بین ۲ تا ۷ روز استراحت در منزل توصیه می شود. این زمان بسته به عوامل مختلفی از جمله میزان پیشرفت روند درمان، شدت خونریزی، میزان درد و شرایط جسمی فرد بستگی دارد و توسط متخصص

زنان و زایمان تعیین می شود. همچنین و از فعالیت های سنگین پرهیز کند.

- ۲- استفاده از پد بهداشتی برای جلوگیری از خونریزی و آلودگی لباس ها بعلاوه شستن منظم ناحیه تناسلی با آب در این دوره پیشنهاد می شود.
- ۳- باید از آمیزش جنسی برای چند هفته (معمولاً ۲-۴ هفته) پس از کورتاژ خودداری کند. این امر باعث کاهش خطر عفونت و خونریزی می شود.
- ۴- مصرف داروهای مسکن و ضد التهاب تجویزی توسط پزشک زنان باید سر ساعت مصرف شود. در صورت تجویز آنتی بیوتیک، باید کامل مصرف شود.
- ۵- ثبت و گزارش سریع علائمی مانند خونریزی شدید، تب، درد شدید یا بوی بد ترشحات به پزشک زنان و زایمان فراموش نشود.
- ۶- در صورت مشاهده خونریزی شدید، فوراً با پزشک تماس گرفته شود.
- ۷- پوشیدن لباس های گشاد و راحت برای جلوگیری از تحریک ناحیه عمل توصیه می شود.

بعد از کورتاژ تشخیصی چه بخوریم؟

۱. مصرف مایعات فراوان مانند آب، آب میوه و دم نوش های گیاهی برای جبران مایعات بدن و پیشگیری از یبوست توصیه می شود.
۲. مصرف غذاهای سرشار از پروتئین، آهن، فولات و ویتامین C مانند ماهی، گوشت، تخم مرغ، لوبیا، سبزیجات برگ سبز و میوه های تازه.
۳. برای پیشگیری از یبوست و کاهش درد و ناراحتی، بهتر است از مصرف غذاهای چرب و سنگین مانند فست فودها پرهیز کرد.

۴. مصرف مکمل های فیبر یا غذاهای سرشار از فیبر مانند سبزیجات، میوه ها و غلات کامل برای پیشگیری از یبوست مفید است.

۵. کاهش مصرف نمک و قند برای جلوگیری از تورم و کاهش عوارض توصیه می شود.

حمام بعد از کورتاژ ممنوع است؟

بعد از انجام کورتاژ تشخیصی، پزشکان توصیه می کنند که فرد به مدت یک هفته از استحمام کامل پرهیز کند. در این مدت، استحمام باید محدود به دوش گرفتن و شستشوی سطحی بدن باشد. حمام کردن در وان یا استخر ممنوع است

برای تقویت رحم بعد از کورتاژ چه کنیم؟

۱- مصرف مکمل های ویتامین و معدنی:

- مکمل آهن برای جبران کم خونی احتمالی
- مکمل روی و منیزیم برای تقویت سلامت رحم
- مکمل ویتامین C برای بهبود زخم و ترمیم بافت

۲- انجام ورزش های سبک:

- ورزش های آرام مثل یوگا، پیاده روی و شنا
- ورزش های تقویت کننده عضلات لگن مانند کگل

۳- استراحت کافی:

- حداقل ۸ ساعت خواب در شب
- استراحت و پرهیز از فعالیت های سنگین

۴- داشتن تغذیه مناسب:

- مصرف غذاهای غنی از پروتئین، آهن، فولات و امگا-۳
- تأمین کالری و مایعات کافی