

### ❖ شرح بیماری

هیسترکتومی عمل جراحی است که در آن رحم زن برداشته می‌شود. البته ممکن است دیگر اعضاء مربوطه مانند تخمدان‌ها، لوله‌های رحمی و ... نیز به همراه رحم برداشته شوند. هیسترکتومی یا رحم‌برداری معمولاً تنها هنگامی انجام می‌شود که همه روش‌ها درمانی دیگر امتحان و به نتیجه‌ای نرسیده باشد. دو روش هیسترکتومی عبارتند از:

✓ واژینال

✓ ابدومینال یا شکمی: رحم‌برداری از راه شکم یک عمل جراحی باز است. این روش به پزشکان اجازه می‌دهد که به اعضاء دستگاه تناسلی دسترسی بهتری داشته باشند و بطور طبیعی برداشتن کامل دستگاه تناسلی را انجام دهند.



### ❖ انواع هیسترکتومی

بسته به دلیل انجام هیسترکتومی، جراح ممکن است همه رحم یا بخشی از آن را بردارد. بیماران و پزشکان گاه اصطلاحات مربوط به این عمل را به صورت غیر دقیق به کار می‌برند، بنابراین باید روشن شود آیا در جریان عمل، گردن می‌دهانه رحم و یا تخمدان‌ها هم برداشته می‌شوند یا نه.

✓ **رحم‌برداری نیمه‌کامل یا فوق‌دهانه‌ای:** در این نوع

رحم‌برداری جراح تنها بخش بالایی رحم را بر می‌دارد و گردن یا دهانه رحم را به جای می‌گذارد.

✓ **رحم‌برداری کامل:** در این نوع عمل، کل رحم و دهانه رحم برداشته می‌شود.

✓ **رحم برداری رادیکال:** جراح در این نوع رحم‌برداری همه رحم و بافت‌های طرفین رحم و دهانه رحم و بخش بالایی واژن را بر می‌دارد. رحم‌برداری رادیکال معمولاً تنها هنگامی انجام می‌شود که سرطان وجود داشته باشد. در رحم‌برداری رادیکال ممکن است تخمدان‌ها برداشته یا باقی گذاشته شوند.

### ❖ ویژگی های هیسترکتومی ابدومینال

از ویژگی های این جراحی به موارد زیر می‌توان اشاره نمود:  
✓ پس از انجام این عمل سه تا پنج روز در بیمارستان بستری می‌شوید.

✓ پس از بهبودی جوشگاه زخم قابل مشاهده‌ای در محل برش جراحی روی شکم باقی می‌ماند.

✓ زمان نقاهت چهار تا شش هفته است.

✓ هزینه‌های این عمل نسبت به هیسترکتومی واژینال بیشتر است.

✓ خطر فتق و بیرون زدگی در محل برش جراحی در این روش‌ها بیشتر است.

✓ هیسترکتومی شکمی در شرایط بحرانی یا زمانی که انتظار ایجاد عوارض وجود دارد، کاربردی است.

### ❖ علل

از عللی که منجر به هیسترکتومی ابدومینال می‌شود به موارد زیر می‌توان اشاره نمود:

✓ **میوم رحمی:** علت اصلی هیسترکتومی و شایعترین تومور لگن در زنان است.

✓ خونریزی رحم کنترل نشده

✓ درد لگنی: اگر با منشأ رحمی بوده و به درمان غیر جراحی پاسخ ندهد.

✓ سرطان رحم و تخمدان و ...

✓ بیرون زدگی اعضای تناسلی

✓ اورژانسهای زایمان مانند: چسبندگی های جفت و خونریزی های بعد از زایمان

✓ بیماری التهابی لگن

### ❖ روش انجام هیسترکتومی ابدومینال:

در این روش جراح برش 12 تا 17 سانتی‌متری عرضی یا عمودی مستقیماً روی دیواره شکم و بالای خط رویش موهای لگن، شبیه

برشی که برای سزارین می‌دهند، ایجاد سپس رحم را از طریق این برش خارج و لایه های برش داده شده بخیه زده می‌شود.

### ❖ داروها

✓ در صورت تجویز آنتی بیوتیک، دارو را طبق دستور پزشک در فواصل معین و یک دوره کامل مصرف کنید .

✓ مصرف مسکن را طبق تجویز پزشک مصرف نمائید.

### ❖ عوارض

به دنبال انجام این نوع هیسترکتومی عوارض زیر در فرد ممکن است بروز نماید:

- ✓ مشکلات مربوط به بیهوشی
- ✓ بی‌اختیاری ادراری
- ✓ پرولاپس یا بیرون‌زدگی واژن از بدن
- ✓ ایجاد فیستول یا ارتباط غیرطبیعی میان واژن و مثانه
- ✓ درد مزمن
- ✓ عفونت در محل زخم‌ها
- ✓ ایجاد لخته خون
- ✓ اثرات روحی و جسمی
- ✓ یائسگی زودرس

### ❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ به دنبال انجام این نوع هیسترکتومی رژیم غذایی خود را به صورت زیر تنظیم نمایید:
- ✓ بهتر است از رژیم غذایی سرشار از پروتئین، ویتامین و پرفیبر (سبزیجات، میوه و...) استفاده کرده واز مصرف غذاهایی که باعث ایجاد یبوست می‌شود جداً خودداری کنید.

### ❖ فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری

- ✓ به دنبال انجام این نوع هیسترکتومی فعالیت خود را به صورت زیر محدود و برنامه ریزی نمایید:
- ✓ در دو هفته اول باید استراحت داشته و از فعالیت شدید مانند بلند کردن اجسام خودداری کنید اما بعد از آن می‌توانید کم‌کم کارهای سبک را انجام دهید. تا 3 ماه بعد از عمل باید کماکان از انجام فعالیت‌های سنگین تا 6 هفته خودداری نمایید.
- ✓ روزانه پیاده روی کنید.
- ✓ از 2 هفته پس از جراحی می‌توانید رانندگی کنید.

- ✓ در حوالی هفته ششم نیز می‌توانید فعالیت های جنسی را آغاز نمایید.

### ❖ مراقبت

- ✓ پس از انجام هیسترکتومی ابدومینال جهت بهبودی سریعتر اقدامات مراقبتی زیر را انجام دهید:
- ✓ زخم را باز و خشک نگهداری کنید. استحمام از روز دوم بعد از عمل و بلافاصله بعد از برداشتن پانسمان بصورت روزانه انجام می‌گیرد و بهتر است بعد از حمام محل زخم را با ششوار کاملاً خشک کنید. مدت استحمام بسیار کوتاه و همراه با یک همراه انجام شود.
- ✓ خارج نمودن رحم اصولاً نباید تأثیری در کیفیت زندگی و فعالیت جنسی شما داشته باشد و در صورت هرگونه نگرانی و یا مشکلی حتماً باید با پزشک معالج خود مشورت نمایید .
- ✓ جهت رفع احتباس ادراری از کیف آب گرم، ریختن آب روی ناحیه تناسلی و نشستن روی توالت استفاده نمایید.
- ✓ از جورابهای کشی و حرکات نرمشی مانند حرکت دورانی مچ پا استفاده نمایید.
- ✓ از خوابیدن طولانی مدت، نشستن طولانی مدت روی مبل یا صندلی و روی هم انداختن پاها خودداری کنید. تا 6 هفته بعد از عمل، از فعالیت جنسی اجتناب کنید.
- ✓ لباس زیر را روزانه تعویض کنید و از لباس های زیر نخی استفاده و از پوشیدن لباس های حاوی الیاف مصنوعی و جوراب شلواریهای تنگ و پلاستیکی خودداری کنید. لباس زیر همیشه باید خشک باشد و از مرطوب شدن آن پرهیز کنید.

- ✓ در صورت برداشته شدن هر دو تخمدان بعد از عمل علائم یائسگی مانند گرگرفتگی و تعریق و... مشاهده می‌شود .

### ❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- ✓ در صورتی که برش شما عرضی باشد، 10-7 روز بعد از عمل و در صورتی که محل برش طولی باشد، 14-10 روز بعد از عمل، جهت برداشتن بخیه ها
- ✓ بعد از دریافت جواب پاتولوژی
- ✓ در صورت بروز علائمی مانند: تب، درد شکم، عدم دفع گاز و مدفوع، تهوع و استفراغ ، خونریزی، طپش قلب و افت شدید فشار خون، اسهال، ترشحات بدبو از محل زخم یا واژن، بیرون زدگی توده (فتق) از محل عمل، درد پهلوها، وجود خون در ادرار، کاهش حجم ادرار و هرگونه درد شدید شکم، درد و قرمزی با سفیدی غیرطبیعی در ناحیه اندام ها، بی حالی، ضعف شدید .



مرکز آموزشی درمانی سینا رضایی آشتیانی

واحد آموزش دفتر پرستاری

30 تیر 1403