آموزش های پس از ترخیص در کلپورافی

کلپورافی چیست؟ کلپورافی یک نوع عمل ترمیمی درمهبل (کانال زایمان) است که بدنبال اشکالات ساختمانی در مهبل انجام می شود.

کلپورافی در موارد زیر انجام می شود:

***افتادگی مثانه و علایم آن عبارتند از: احساس فشار و سنگینی در مهبل-احساس خروج چیزی از مهبل- بی اختیاری ادرار به دنبال سرفه ، عطسه یا هر گونه زور زدن- تکرر ادرار و احساس فوریت در ادرار.**

***افتادگی مقعد و علایم آن عبارتند از: احساس فشار و سنگینی در مهبل- پری رکتوم- عدم کنترل گازهای روده ای و مدفوع.**

***در مراحل ابتدایی افتادگی موارد ذکر شده میتوان از روش غیر جراحی جهت درمان استفاده کرد که ورزش کگل نام دارد که در این روش به بیمار آموزش می دهیم حداقل ۱۰-۵ ثانیه عضلات کف لگن را منقبض ، سپس ۱۰-۵ ثانیه شل نماید. این تمرین را باید حداقل روزی سه بار هر بار ۲۰-۱۵ بار سه بار در هفته تکرار کند.اما در مراحل پیشرفته به تشخیص پزشک بیمار نیاز به جراحی دارد .**

مراقبت های پس از عمل:

۱. تا۸ ساعت بعد از عمل چیزی خورده نشود...

۲.از رژیم غذایی نرم وملین ها برای جلوگیری از یبوست استفاده شود تا به بخیه ها فشار نیاید.

۳. مصرف مایعات زیاد پس از شروع رژیم غذایی وادرار کردن بیشتر پس از کشیدن سوند

۴. نحوه ی خوابیدن طوری باشد که سر و زانوها مقداری بالاتر قرار گیرد.

۵. پس از هر بار اجابت مزاج ناحیه پرینه را ازسمت جلو به عقب با آب شسته شود وسپس خشک گردد.

مراقبت های در منزل:

۱. استفاده از ملین و انجام ورزش کجل برای تقویت عضلات کف لگن.

۲. اجتناب از بلند کردن اشیای سنگین و یا ایستادن به مدت طولانی

۳. شروع مقاربت جنسی پس از ۶هفته و بدنبال معاینه پزشک

۴. مراجعه به پزشک در صورت بروز درد ، خونریزی و ترشحات غیر طبیعی ،تب ،اختلال در ادرار کردن

داروهای مصرفی منزل:

زمان و مکان مراجعه بعدی: