



the women's
the royal women's hospital
victoria australia

العمليات الجراحية البسيطة نصائح عند العودة الى المنزل

قبل مغادرة المستشفى

قبل مغادرتك المستشفى ، تأكدي انك اخذت :

- كل الادوية التي احضرتها معك .
- الادوية او الوصفات الطبية التي أوصى بها الطبيب والتي تساعد في الشفاء
- رسالة موجهة الى طبيب العائلة اذا لزم الامر
- تحديد موعد مراجعة العيادة لاجراء فحص طبي (عادة ما يكون الموعد بعد ستة اسابيع الا اذا ارتأى الطبيب مراجعته قبل ذلك). واذا لم يتم يحدد الموعد وقت الخروج من المستشفى ، يتم اعلامك به عبر رسالة تصلك بالبريد .

ما هي التوقعات بعد الذهاب الى المنزل

- تتراوح مدة الشفاء بين اسبوع لاسبوعين .
- قد يستمر خروج الدم من المهبل لفترة تتراوح بين خمسة لعشرة أيام بعد العملية .
- وفي حال استمر نزول الدم او اصبح غزيرا بشكل تدريجي يتوجب عليك مراجعة طبيب العائلة او التوجه الى قسم الطوارئ في أقرب مستشفى لمكان سكنك .
- استعمال الفوط الصحية بدل السدادات القطنية .

انتبهي لعلامات الالتهاب

- اذا لاحظت احدي هذه الأعراض المدرجة لاحقا ، يرجى مراجعة طبيب العائلة او التوجه الى قسم الطوارئ في أقرب مستشفى لمكان سكنك :
- هبات ساخنة مفاجئة او ارتفاع في الحرارة او التعرق
- ظهور الم بشكل مفاجئ
- زيادة في النزف من المهبل
- افرازات مهبلية مزعجة

الاعتناء بنفسك

خلال الاربع وعشرين ساعة الاولى بعد العملية

- تأكدي ان تأخذي قسطا وافيا من الراحة وان لا تقومي بحمل اشياء ثقيلة او اعمال المنزل او الطبخ .
- ارجعي تدريجيا وبلطف الى ممارسة نشاطاتك المعتادة خلال الايام القليلة التالية
- عدم قيادة السيارة
- عدم شرب الكحول
- عدم تشغيل الادوات الكهربائية او الآلات التي يمكن ان تسبب لك أذى
- عدم التوقيع على أية أوراق او وثائق قانونية
- يرجى الانتباه عند المشي والقيام بالحركة حيث انه من الطبيعي ان شعري بخفة في راسك بعد التعرض للتخدير وتناول مسكنات الألم

في حال تم اجراء جراحة بالمنظار في الحوض او البطن

- تأكدي ان تحافظي على نظافة الجرح وجفافه . اخبري الطبيب في حال اصبح الجرح ساخنا عند لمسه او متورما ومؤلما بشكل متزايد .
- اذا كان الجرح مغطى بشريط لاصق ، دعيه في مكانه حتى يسقط من تلقاء نفسه .
- في حال وجود غرز – يقوم عادة طبيب العائلة بفكها وازالتها بعد مرور اربعة الى ستة ايام من الخروج من المستشفى .
- قد تشعرين بألم في طرف الكتف او في القفص الصدري بسبب بقايا القليل من الغاز تحت الحجاب الحاجز . وقد يستمر لمدة 48 ساعة . ويمكنك تناول مسكنات الالم العادية كالاسبيرين والبنادول لتخفيف الشعور بعدم الارتياح .
- بإمكانك استئناف العلاقة الجنسية بعد توقف نزول الدم من المهبل واذا كنت مرتاحة ومستعدة لذلك الا اذا أمر الطبيب بغير ذلك .

اذا شعرت ببعض الالم

- استمري بتناول مسكنات الالم التي وصفت لك او التي اوصى بها الطبيب كل اربع الى ست ساعات .
- جربي تناول شاي النعناع او البابونج الدافئ للمساعدة على التخلص من مشاكل الغازات .

اذا كان لديك تساؤلات او قلق

كونك مريضة في وحدة جراحة اليوم الواحد في مستشفى Women's ، سنتلقين مكالمة هاتفية في اليوم التالي للجراحة لمتابعة حالتك والاطمئنان عنك .

اذا حصل عندك اية مضاعفات او كان هناك ما يقلقك بعد مغادرتك المستشفى ، يرجى مراجعة طبيب العائلة او التوجه الى قسم الطوارئ لاقرب مستشفى لمكان سكنك .