

سیستوسل - رکتوسل

تعریف:

جابجایی مثانه به سمت پایین را سیستوسل و پیش آمدگی رکتوم به طرف دیواره پشتی واژن را رکتوسل می گویند.

علائم شایع:

احساس فشار در لگن، تکرر ادرار یا بی اختیاری ادراری، درد حین رابطه جنسی، احساس پری زیر دل، بی اختیاری ادرار در هنگام سرفه یا عطسه زدن و بلند کردن اجسام سنگین و ایستادن به مدت طولانی، مشکلات روده ای نظیر یبوست.



عوامل مستعد کننده:

چاقی، سرفه های مزمن، یبوست مزمن، زایمان های متعدد و چند قلوپی، یائسگی و افزایش سن

تشخیص:

تشخیص سیستوسل و رکتوسل توسط پزشک و بر اساس معاینه لگن صورت می گیرد.

پیشگیری:

از چاقی، مصرف دخانیات، از بلند کردن اجسام سنگین به طور مکرر بپرهیزید.

تاخیر در درمان احتمالی عوارضی مثل تکرر عفونت های دستگاه تناسلی تحتانی، عفونت ادراری را زیاد می کند.

برای حفظ قدرت عضلانی مناسب در کف لگن یک برنامه ورزشی منظم داشته باشید. از یبوست پیشگیری نمایید (از سبزیجات، میوه، سالاد، روغن زیتون، آلو، انجیر خیس شده، سوپ در وعده غذایی استفاده کنید).



درمان:

درمان شامل ورزش کف لگن، استروژن درمانی در صورت یائسگی و درمان جراحی در موارد شدید می باشد.

در ورزش باید عضلات ناحیه کف لگن خود را چند دقیقه شل و سفت کنید این عمل را در روز چند مرتبه انجام دهید. تکرار این تمرین در طی حاملگی و بعد از زایمان نیز اثرات پیشگیری کننده از افتادگی مثانه دارد. در صورت عدم جوابدهی به درمان طبی و ورزش و علائم باید از عمل جراحی استفاده کرد.

درمان جراحی:

پس از درمان جراحی مراقبت هایی نیاز است که باید به نکات زیر دقت فرمائید.

تغذیه: در زمان معین طبق نظر پزشک معالجتان مصرف مایعات (مانند چای شیرین) برای شما شروع خواهد شد و سپس بتدریج طبق نظر پزشک معالج رژیم معمولی برای شما شروع خواهد شد.

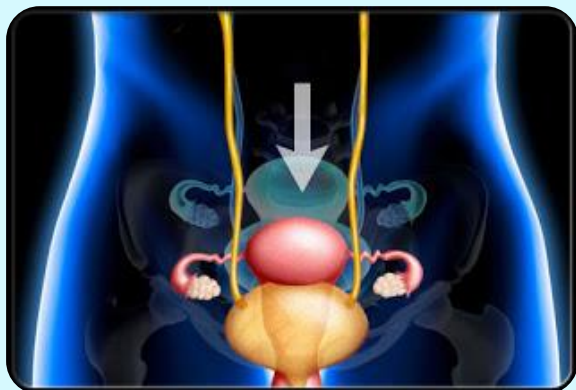
فعالیت: پس از عمل با نظر پزشک معالج (اولین بار با پرستار) از تخت پایین آمده و راه بروید. جهت راه رفتن ابتدا 15-20 دقیقه لبه تخت بنشینید سپس در صورت عدم سرگیجه با کمک، راه بروید.

تنفس: بهتر است هر 2 ساعت یک بار نفس عمیق بکشید و سرفه کنید این حرکت تا حدود زیادی از عفونت ریه ها جلوگیری می کند.

بیمارستان فوق تخصصی قائم (عج)

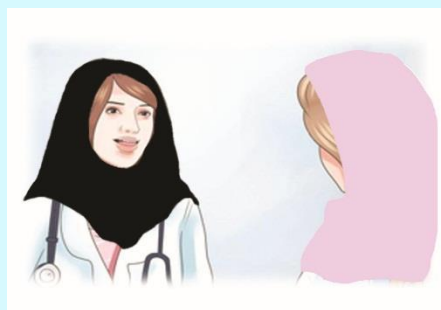


سیستوسل و رکتوسل



گردآوری و تنظیم کننده: پرسنل بخش جراحی زنان
(مینا)
نظارت و تأیید کننده: خانم دکتر مرضیه مهرافزا

✓ ممکن است بنا به صلاحدید پزشک معالج و عدم توانایی در ادرار کردن، شما با سوند ادراری ترخیص شوید در این صورت بهداشت نگه داری از سوند ادراری را رعایت کنید و در زمان مقرر به مطب پزشک جهت خروج سوند مراجعه کنید.



هنگام مرخص شدن زمان ملاقات جدید با پزشک معالجتان را تعیین کنید و نسخه دارویی خود را از پزشکتان دریافت کنید.

📍 رشت، بلوار شهید افتخاری

☎ ۰۱۳۳۳۵۶۵۰۱۱-۱۹

📠 ۰۱۳۳۳۵۶۵۰۱۰

🌐 www.ghaem-hospital.ir

✉ info@ghaem-hospital.ir

📠 info@ghaem-hospital.ir

⑥

رعایت بهداشت فردی: ناحیه عمل را همیشه خشک نگه دارید و شستشوی پرینه به طور مرتب و خشک نگه داشتن آن جهت مراقبت از زخم الزامی است.

مسکن: طبق دستور پزشک معالجتان برای شما مسکن تزریق خواهد شد در صورت تمایل می توانید از کیسه یخ در ناحیه عمل استفاده کنید.

✓ طبق دستور پزشک معالج زمانی که سوند ادراری خارج می شود، مایعات مصرف کنید و اقدام به ادرار کردن کنید. در صورتیکه نتوانستید ادرار کنید باز کردن شیر آب و شنیدن صدای آب و نوشیدن مایعات به شما کمک خواهد کرد در صورت عدم توانایی در ادرار کردن به پرستار و پزشک مربوط اطلاع دهید تا اقدامات لازم برای شما صورت گیرد.



⑤