



آموزش به بیمار

اپی زیاتومی



دانشگاه علوم پزشکی مشهد
بیمارستان خاتم الانبیاء تایباد
واحد آموزش

- سعی کنید غذاهای ملین مصرف کنید تا دچار یبوست نشوید. این غذاها مانند سوپ، میوه هایی مانند هلو، گلابی، آلو، آب سیب و سبزیجات.



- به هیچ وجه مصرف مایعات را محدود نکنید.
- سعی کنید روی بخیه ها بنشینید یا طوری بنشینید که روی بخیه ها فشار وارد نشود.
- موقع راه رفتن قدم های کوتاه بردارید.
- برای ترمیم سریعتر بخیه ها می توانید سشوار را روشن کنید و از فاصله ۲۰ سانتی متری روی بخیه ها بگیرید.
- از روز ۷ به بعد محل بخیه ها در آینه نگاه کنید اگر قرمزی و تورم وجود داشت به پزشک مراجعه کنید.



با آرزوی سلامتی برای شما

مراقبت از خود در منزل:

- روز اول، یخ را داخل کیسه پلاستیکی گذاشته و روی ناحیه اپی زیاتومی قرار دهید. حوله یا دستمال کاغذی بین پوست و کیسه قرار دهید (این کار را ۳ تا ۴ بار در روز هر بار به مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه انجام دهید).
- به همراه یک مراقب، روی وان آب گرم (دمایی که منجر به سوختگی نشود) بنشینید این می تواند به درمان شما کمک کند، این اقدام به مدت چندین روز انجام شود.
- پوست را خشک و تمیز نگه دارید و ماساژ ندهید.
- دستان خود را قبل و بعد از انجام هرکدام از اقدامات درمانی بشویید.
- از آب گرم پرفشار بعد از ادرار کردن استفاده کنید.
- نشستن بر روی بالشتک ممکن است به راحتی و آسایش شما کمک کند.
- داروهایی جهت تسکین درد و تب تجویز میشود.
- از برقراری رابطه جنسی تا زمانی که پزشک اجازه نداده (به مدت ۶ هفته) خودداری کنید.

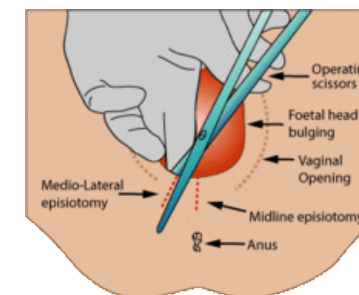
مطالب آموزشی پیش روی شما محتوی نکات مراقبتی برای بیماری شما است. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید.



اپی زیاتومی چیست؟

در این روش برشی در محل پرینه (ناحیه بین واژن و مقعد) ایجاد می شود این روش به باز شدن بیشتر واژن و در نتیجه خروج راحت تر جنین در حین زایمان کمک میکند.

اپی زیاتومی از پارگی نامرتب واژن، ولو، پرینه و رکتوم جلوگیری می کند.



دلایل انجام اپی زیاتومی چیست؟

- بزرگ بودن بیش از حد سر یا کتف نوزاد
- پارگی محل زایمان
- نوزاد دچار دیسترس زایمان که هرچه سریعتر به کمک نیاز داشته باشد.
- نوزاد نارس

زمان انجام عمل

اپی زیاتومی در مراحل پایانی زایمان و فقط در زمان قبل از تولد نوزاد انجام می شود. (با بی حسی موضعی یا تزریق بی حسی از طریق نخاع)

عوارض:

بستگی به شرایط ممکن است هریک از عوارض زیر ایجاد شود اما اگر نکات توصیه شده را رعایت کنید میتوانید از بروز این عوارض پیشگیری کنید.

خونریزی، پارگی، عفونت، بافت دردناک، تجمع خون در محل اپی زیاتومی، گسترش پارگی به سمت رکتوم

مراقبت های بعد از عمل:

- بخیه ها قابل جذب بوده و نیازی به کشیدن آنها نیست.
- میتوانید از داروهای مسکن با تجویز پزشک استفاده کنید.
- حمام کردن جهت پاکیزگی پوست
- (مدت زمان بهبودی اپی زیاتومی ۴ تا ۶ روز می باشد.)

موارد مراجعه فوری به پزشک:

- اگر علائم زیر در شما ایجاد شد باید سریعا به پزشک مراجعه کنید:
- قرمزی
 - ادم
 - افزایش درد ناحیه اپی زیاتومی
 - خروج چرک از محل
 - تب
 - وجود بوی نامطبوع در ناحیه
 - باز شدن محل بخیه ها
 - عدم توانایی در ادرار کردن