

# سیستوسل و رکتوسل



تهیه کننده: واحد آموزش و بخش زنان

تأیید کننده: مدیر گروه زنان

تاریخ تدوین: 93/5/15

تاریخ آخرین بازنگری: 1401/6/1

تاریخ آخرین بازنگری: 1405/6/1

ویرایش: 02

کد: ATH-PSY/ED-105

منبع: کتاب داخلی جراحی پرستاری (برونر و سودارث) و سایت اطلاعات پزشکی

## آموزش بعد از جراحی

- دو هفته پس از جراحی می توانید فعالیت های روزانه خود را از سر بگیرید ولی فعالیت در حد تحمل داشته باشید و از ایستادن به مدت طولانی و نشستن زیاد و بلند کردن اشیاء سنگین خوداری کنید.

- در هنگام استراحت در تخت سر و زانوها کمی بالاتر قرار بگیرند.

- جهت کنترل عفونت بعد از جراحی پس از هر بار دفع ادرار یا اجابت مزاج با محلول نرمال سالین (سرم شستشو) گرم شستشو شود و از بتادین خیلی رقیق شده نیز می توان استفاده کرد.

- بهتر است روزی سه بار، هر بار 15 دقیقه در لگن آب گرم بنشینید

- در صورت داشتن برش جراحی در پرینه با استفاده از یک دستمال استریل محل را خشک کنید و یا برای خشک کردن و تأمین التیام استفاده از یک لامپ گرمایی یا ششوار از فاصله دور (حدود 30 سانتی متر) توصیه می شود.

- در مورد رژیم غذایی باید از غذاهای فیبردار و پروتئین دار استفاده کرد که از ایجاد یبوست و فشار بر محل عمل جلوگیری شود.

- ورزش های تقویت کننده ناحیه پرینه (ناحیه تناسلی) را در منزل انجام دهید. در هر وضعیت چه نشسته و چه ایستاده و چه در حالت دراز کشیده کافی است عضلات بین مجرای ادرار و مقعد را منقبض کرده و به سمت داخل بکشید و 30 ثانیه در این حالت بمانید و سپس خود را شل کنید. (10 تا 20 بار در روز این ورزش را به مدت 6 تا 12 هفته انجام دهید)

- بخیه ها یک تا دو هفته طول می کشد تا خوب ترمیم شود ولی بهتر است یک ماه و نیم از نزدیکی جلوگیری شود.

- یک هفته پس از ترخیص بهتر است به مطب مراجعه کنید.

## علائم هشدار دهنده

در صورت ترشحات غیر طبیعی، درد لگنی، اشکال در رفع ادرار و مدفوع، خونریزی واژینال حتماً به پزشک معالج مراجعه نمایید.

## سیستوسل

عبارتست از جابجایی مثانه به طرف پائین و واژن که معمولاً در اثر آسیب و فشار حین زایمان ایجاد می شود.

## رکتوسل

معمولاً حین زایمان پیش می آید که رکتوم (انتهای روده بزرگ) به طرف بالا متمایل می گردد و با فشار به دیواره خلفی واژن به جلو می آید.

## علل ایجاد

از علل این بیماری چاقی، سرفه های مزمن، زور زدن به هنگام اجابت مزاج و زایمان سخت می باشد.

## علائم بالینی

- احساس فشار در لگن
  - مشکلات ادراری از قبیل بی اختیاری
  - تکرر ادرار
  - کمر درد نیز ممکن است وجود داشته باشد
- نشانه ها در رکتوسل مانند سیستوسل است به استثنای نشانه های ادراری که در رکتوسل وجود ندارد.
- فشار در رکتوم و یبوست، عدم کنترل گازهای روده ای و بی اختیاری مدفوع (در پارگی کامل) به وجود می آید.

## مثانه عادی



## افتادگی مثانه



طراحی و چاپ: روابط عمومی بیمارستان آتیه

آدرس: تهران، شهرک غرب، تقاطع بلوار

فرحزادی و شهید دامن

تلفن بیمارستان: 82721

فاکس بیمارستان: 88086095

سایت بیمارستان:

[www.atiehhospital.ir](http://www.atiehhospital.ir)

