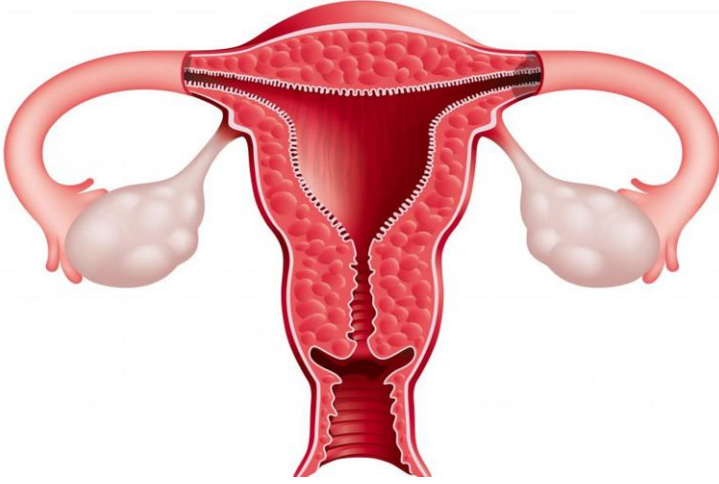




مدينة الملك فهد الطبية  
King Fahad Medical City



استئصال الرحم

Hysterectomy

## استئصال الرحم:

هو إجراء جراحي يهدف إلى إزالة الرحم، بحيث لا تستطيع المرأة الحمل من بعد العملية، وينقطع عنها الحيض (الدورة الشهرية) بغض النظر عن عمرها حتى لو لم تبلغ سن انقطاع الطمث.

## أسباب استئصال الرحم:

تعد عملية استئصال الرحم طريقة لعلاج مشاكل تصيب الجهاز التناسلي عند المرأة، مثل:

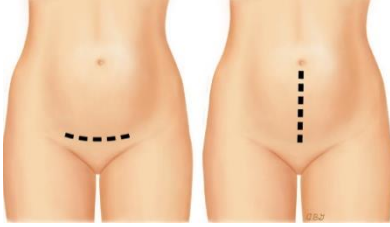
- الطمث الغزير.
- هبوط الرحم.
- ألم الحوض طويل الأمد.
- أورام غير سرطانية (أورام ليفية).
- سرطان المبيض أو الرحم أو عنق الرحم أو قناتي فالوب.

## أنواع عمليات استئصال الرحم:

هناك أنواع عديدة لعمليات استئصال الرحم، ويستند كل نوع إلى سبب العملية وحالة المريضة:

١. استئصال الرحم بالكامل: حيث يستأصل الرحم وعنق الرحم، وهي أكثر أنواع العمليات شيوعاً.
٢. استئصال الرحم الجزئي: حيث يستأصل الجسم الرئيسي للرحم، ويترك عنق الرحم في مكانه.
٣. استئصال الرحم بالكامل مع استئصال قناة فالوب والمبيض: حيث يستأصل الرحم، عنق الرحم، قناتي فالوب والمبيضين.
٤. استئصال الرحم الجذري: حيث يستأصل الرحم والنسيج المحيط فيه، قناتي فالوب، جزء من المهبل، المبيضين، الغدد اللمفية والنسيج الدهني.

## طرق استئصال الرحم:



١. استئصال الرحم عن طريق المهبل: حيث يستأصل الرحم عبر شق في أعلى المهبل.

٢. استئصال الرحم عن طريق البطن: حيث يستأصل الرحم عبر شق في أسفل البطن.

٣. استئصال الرحم بالمنظار: حيث يستأصل الرحم عبر عدد من الشقوق الصغيرة في البطن.

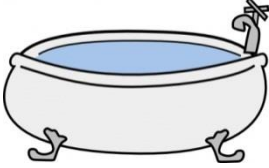
## المضاعفات المحتملة بعد عملية استئصال رحمك:



- النزيف.
- العدوى.
- الإمساك.
- احتباس البول.
- تجلطات في الدم.
- ضرر في الأعضاء المجاورة، مثل المثانة والأمعاء.
- انقطاع الدورة الشهرية مبكراً.

## كيف تعتنين بجرحك بعد العملية:

- يمكنك إزالة الضماد عن الجرح بعد يوم واحد من إجراء العملية.



- حافظك على الجرح نظيفاً وجافاً يساعدك على تسريع عملية التئام الجرح.

- استحمي يومياً، واغسلي الجرح بالماء فقط (تجنبي غسل الجرح بالصابون، وتجنبي فرك منطقة الجرح)، واحرصي على تجفيف منطقة الجرح بالمناديل الورقية بعد الاستحمام.



- لا حاجة لاستخدامك المراهم أو أي نوع من المطهرات أو الضمادات ما لم ينصحك الطبيب بذلك.
- في حال تم استئصال رحمك عن طريق المهبل، قد يحصل لك نزيف مهبلي بسيط أو إفرازات مهبلية تميل

إلى اللون البني، ومن الممكن أيضاً أن تجدي بعض

الخيوط مع هذه الإفرازات.

- وضعك للأعشاب والخلطات الشعبية على الجرح يجعله



عرضة للالتهابات وقد يبطئ من عملية التئامه.

- بعض أنواع المعقمات لا يمكنك

وضعها على الجرح لأنها تجعله أكثر عرضة للالتهابات،

لذلك استشير طبيبك قبل وضعك لأي معقم على

الجرح.

## شعورك بالألم بعد العملية:



- من الطبيعي شعورك بالألم بعد

العملية الجراحية، فمعظم النساء

يشعرن بألم حول مكان الجرح.

- ويمكنك التحكم بالألم عن طريق تناولك للمسكنات

حسب الجرعة الموصوفة لك من قبل الطبيب.

- في حال تم استئصال رحمك عن طريق المنظار، قد تشعرين بالألم في الكتف وقد يستمر هذا الألم لمدة أسبوع ثم يختفي.



- احرصي على الجلوس بوضعية مريحة، لتخفيف آلام ما بعد العملية، وبإمكانك وضع كمادات دافئة على مكان الألم.

## عودتك إلى الأنشطة اليومية بعد العملية:

- **الحركة:** من الطبيعي شعورك ببعض التعب

ليوم أو ليومين بعد العملية، يمكنك أخذ

قيلولة كلما شعرتي بالتعب أو الإرهاق، ولكن

تذكري أن الحركة مهمة لك لتجنب المضاعفات.

- احرصي على المشي عدة مرات يومياً، بدءاً من يوم

العملية، وبإمكانك بالتدريج العودة إلى أنشطتك

اليومية الأخرى مثل صعود الدرج.





- **الاستحمام:** من الضروري استحمامك يومياً  
لتتجنبى التهاب الجرح.

- **التغذية:** يمكنك العودة إلى الأكل والشرب

مباشرةً بعد العملية، ومن الطبيعي

أن تشعري بفقدان الشهية في الأيام

الأولى بعد العملية؛ لكن تناولك

وجبات صغيرة متكررة أو تناولك للأكل اللين قد

يساعدك في تخفيف فقدانك للشهية.



- **الإمساك:** تناولك الطعام الغني بالألياف مثل:

الخضار والفواكة والحبوب الكاملة مثل: البر

والشوفان مع شربك كمية كافية من الماء

سيحملك من الإمساك.



- **حمل الأشياء الثقيلة:** ننصحك بتجنب حمل

الأشياء الثقيلة، أو رفعها من الأرض لمدة 6

أسابيع من إجراء العملية، للتخفيف من

الضغط على الجرح.





- **السفر**: ننصحك بتأجيل الرحلات الطويلة بالسيارة أو القطار أو الطائرة لمدة أسبوعين من إجراء العملية.
- **العمل**: يمكنك العودة للعمل بعد ٤ إلى ٦ أسابيع من إجراء العملية، أو عندما يقل إحساسك بالألم.
- **الجماع**: ننصحك بتجنب الجماع لمدة أسبوعين إلى ٦ أسابيع بعد العملية.

## توجهي إلى قسم الطوارئ في المستشفى فوراً في حال وجود:



- ألم شديد في البطن استمر لمدة تزيد عن ساعة ولم يزول بتناولك للمسكنات.
- قصور في تنفسك أو ألم في صدرك.
- نزيف مهبلي شديد، واستمر لمدة ساعة أو أكثر.
- غثيان واستفراغ استمر لمدة يوم أو أكثر.
- ارتفاع في درجة حرارتك (فوق ٣٨ درجة مئوية).

- تغير في مكان جرحك، مثل: احمرار، خروج إفرازات أو صديد من الجرح، فتح في الجرح.
- تورم في إحدى ساقيك أو إحدى ذراعيك.
- تغير في إفرازاتك المهبلية، مثل: رائحة كريهة أو يصبح لون الإفرازات أخضر أو أصفر غامق.
- حرقة أثناء تبولك أو عدم قدرتك على التبول.
- إمساك استمر لمدة ٣ أيام أو أكثر.
- إسهال لمدة يومين أو أكثر، أو عند وجود دم في برازك.
- ألم في أعلى ظهرك استمر لمدة ساعة أو أكثر.
- دم في بولك.

# لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

## شعبة التثقيف الصحي



HEM2.17.000567

