

علایم افتادگی رحم و مثانه:

- 0 احساس ناراحتی، درد و تیر کشیدن در لگن و نواحی آن مثل کمر، ران ها، زیر شکم و غیره
- 0 تکرر ادرار و عدم توانایی نگهداشتن آن بطور معقول
- 0 احساس فشار یا سنگینی درون واژن
- 0 بیرون زدگی بخشی از بافت رحم یا مثانه از دهانه ورودی واژن
- 0 اختلال در ارگاسم
- 0 بروز اختلال در هنگام دفع مدفوع

دلایل بروز پرولاپس رحم و مثانه:

افتادگی رحم و مثانه بر اثر علت های مختلفی بوجود می آید.

- اولین و مهمترین علت بروز پرولاپس رحم و مثانه زایمان طبیعی می باشد. بانوانی که زایمان های طبیعی متعددی را تجربه کرده اند به علت فشار و تنش هالی ناشی از آن کاندیدای اصلی ابتلا به این نوع بیماری هستند. از طرفی نوزادانی که سر بزرگی دارند می توانند به هنگام خروج به مثانه آسیب برسانند یا عضلات نگهدارنده آنها را تضعیف کنند.
- یایسگی و کم شدن سطح استروژن
- ضعیف شدن عضلات در اثر افزایش سن و پیری

در بین زنان دیوار جلویی واژن وظیفه ی محافظت از مثانه را دارد. این دیوار با افزایش سن، بارداری و زایمان تضعیف شده و سبب بروز پرولاپس یا همان افتادگی مثانه و رحم می شود در اینصورت پزشک اقدام به بالا کشیدن رحم و مثانه می کند. (عمل ترمیم کف لگن)

پرولاپس در معنی لغوی به افتادگی اندام ها از جای خود می گویند. پروپلاس مثانه و پرولاپس رحم در اثر شل شدن عضلات و لیگمان های دیواره واژن اتفاق می افتد

دیواره واژن به شکل یک ستون به حفظ موقعیت مثانه و رحم پرداخته و از خارج شدن آنها از حالت طبیعی خود پیشگیری می کند .

در صورتیکه این دیواره در اثر عوامل مختلف، دیگر قادر به نگه داشتن رحم و مثانه نباشد عمل افتادن آنها به درون واژن و کانال زایمان رخ داده و بر آمدگی درون واژن بوجود می آورد. شدت این افتادگی در همه خانمها به یک اندازه نیست و ممکن است بصورت خفیف یا شدید اتفاق افتد. در حالت خفیف تنها مقداری از رحم یا مثانه به داخل واژن پیشروی می کند اما در موارد شدید گاهی افتادگی به حدی است که رحم یا مثانه به دهانه ی ورودی واژن نزدیک شده و حتی ممکن است مقداری از بافت انها از واژن نیز بیرون بزند.

افتادگی مثانه یا پرولاپس مثانه را سیستموسل نیز می نامند. بروز این بیماری خطر ابتلا به عفونت اداری را بدنبال دارد.

PA.NM.۱۴۰۰/۷۷



مرکز آموزشی درمانی شهید مطهری مرودشت

عمل بالا کشیدن رحم و مثانه

(ویژه آموزش به بیمار)

شناسنامه پمفلت آموزشی :

تهیه کننده : زهرا نامدار – کارشناس مامایی

منبع : کتاب جامع استانداردهای مامایی و زنان

تایید شده توسط : دکتر مهسا رمضان پور

متخصص زنان تهیه شده : خرداد ۱۴۰۴

فرار گرفتن در معرض ضربات شدید مثل تصادف انجام برخی عمل ها مثل عمل هیستریکتومی

- چاقی و داشتن اضافه وزن زیاد
- سرفه های مزمن و طولانی مدت
- بلند کردن و جابجایی وسایل سنگین
- افرادی که دچار یبوست های مزمن هستند نیز بخاطر زور زدن های زیاد به این عارضه مبتلا می گردند.

روش های درمان افتادگی رحم و مثانه:

در موارد خفیف با تمرینات کگل می توان عضلات کف لگن را تقویت نمود و مشکل را بر طرف کرد.

بالا کشیدن رحم و مثانه به کمک وسیله ای پساری. (پساری ابزاری پلاستیکی و به شکل حلقه است که در بخش بالایی واژن قرار داده می شود و به کمک آن از افتادن رحم و مثانه به درون واژن جلوگیری می شود).

درمان افتادگی مثانه و رحم در موارد حاد به کمک جراحی انجام می پذیرد. در این حالت با ایجاد برش بر روی شکم (لاپاراتومی) یا از روش لاپاراسکوپی به درمان بیماری پرداخته می شود.

نوع جراحی با در نظر گرفتن موارد زیر انتخاب می شود:

- شدت بروز مشکل
- سن بیمار
- سوابق بیماری های فرد
- تصمیم بیمار برای باروری در آینده
- تمایل فرد برای حفظ عملکرد واژن
- و غیره

این نکته قابل ذکر است که در حالت بسیار بد این بیماری نیاز به تخلیه رحم و اقدام به عمل هیستریکتومی می باشد.

مراقبت های بعد از عمل جراحی افتادگی رحم و مثانه:

در ادامه مراقبت های بعد از عمل بالا کشیدن رحم و مثانه را باز گو می کنیم. شما می توانید با رعایت صحیح این مراقبت ها دوره ی نقاهت عمل افتادگی مثانه و رحم را کوتاهتر کنید.

- ✓ دارو های تجویز شده را بصورت دقیق مصرف نمایید.
- ✓ مواد غذایی که از بروز یبوست پیشگیری می کند را میل کنید.
- ✓ در روز به مقدار فراوان آب بنوشید.
- ✓ پیاده روی و راه رفتن به بهبودی سریعتر کمک می کند.

- ✓ سعی کنید به مدت ۶ هفته از انجام فعالیت های سنگین و خم و راست شدن های زیاد بپرهیزید.
- ✓ از دستشویی فرنگی استفاده کنید.
- ✓ پس از عمل بالا کشیدن رحم و مثانه تازمان بهبودی کامل از مقاربت جنسی خودداری نمایید.
- ✓ پس از هر بار دستشویی رفتن محل زخم را با سرم شست و شو و بتادین شسته و خشک نمایید.
- ✓ سه مرتبه در روز به مدت یک ربع درون لگن آب گرم و بتادین بنشینید و این کار را به مدت سه هفته انجام دهید تا بخیه های جذبی جذب شود.

درمان جدید افتادگی مثانه و رحم:

تحریک الکتریکی و بیوفیدبک از انواع درمان های نوین به جهت درمان و تقویت عضلات کف لگن می باشد.

 **با آرزوی تندرستی**