



مرکز آموزشی درمانی امام موسی کاظم (ع)

خودمراقبتی در جراحی سینه



این راهنما اطلاعات مختصری در اختیار شما می گذارد،

لذا پیگیری جهت درمان، مراقبت و آموزش ضروری

است. جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفنهای

بیمارستان تماس حاصل نمایید.

(صبح ها داخلی ۳۰۶ و سایر اوقات داخلی ۱۱۴)

۰۳۱-۳۳۴۵۷۶۷۰-۳

تلفن گویا جهت نوبت گیری از درمانگاه های تخصصی:

۰۳۱-۳۳۰۳۳۹۷۰

www.savaneh.mui.ac.ir

مراقبت های پس از جراحی

* برای کاهش درد و ورم هنگام استراحت بدن را بالاتر از معمول نگاه دارید.

* بعد از عمل جراحی با توجه به نظر پزشک جراح از هیچ گونه مواد غذایی خوردنی و آشامیدنی از راه دهان نباید مصرف کنید و پس از زمان اعلام شده و برگشت حرکات روده ای می توانید مقدار کمی مایعات مصرف نمایید و در صورتی که هیچ گونه حالت تهوع و استفراغ نداشتید به مرور مایعات و غذاهای نرم را شروع کنید و در روزهای بعد غذای عادی میل نمایید.

- حداقل به مدت یک ماه از جابه جایی و حمل اشیاء سنگین خودداری نمایید.
- * ۴۸ تا ۷۲ ساعت اول بعد از عمل در بستر استراحت نمایید و فعالیتهای سبک مانند مطالعه کتابهای مورد علاقه تان یا مجلات و تماشای تلویزیون انجام دهید.
- * سپس می توانید پیاده روی و فعالیتهای سبک انجام دهید به طور روزانه قدم بزنید این کار باعث افزایش سطح فعالیت شما خواهد شد.

* حداقل به مدت یک ماه از جابه جایی و حمل اشیاء سنگین خودداری نمایید.

* تا دو هفته از بالا بردن ناحیه آرنج دست تا شانه و کشیدن اشیاء پرهیز نمایید.

* ۵ تا ۷ روز بعد از جراحی بخیه ها کشیده می شود.

* کبودی ناحیه جراحی شده طی چند هفته بهبود می یابد.
* از تماس هر نوع مواد شوینده بودار، اسپری، عطر، ادکلن و لوسیون با محل بخیه ها جلوگیری نمایید.

* هنگام استراحت جهت افزایش راحتی زیر دستها بالش بگذارید.

* در صورت بروز موارد زیر به پزشک اطلاع دهید: کوتاهی

نفس - درد قفسه سینه - ضربان غیر طبیعی قلب - افزایش ناگهانی درد - خونریزی - تورم، قرمزی، و ترشح چرکی
* ممنوعیت غذایی و آشامیدنی وجود ندارد.

* محل در تمام طول بهبودی نظافت سینه اهمیت دارد و محل برش تا بهبودی کامل نباید در آب فرورود.

* سوندهای تخلیه ترشحات محل عمل، توسط پزشک یا نظارت ایشان خارج می شود.

* آناناس تازه (نه کمیوت آن) در تسریع جذب کبودی و ورم موثر است و هرچه بیشتر مصرف شود بهتر است.
* مصرف میوه جات، ماهی و میگو و امگا ۳ به وفور توصیه می شود.

* محل برش جراحی نباید تحت فشار، کشش، حرکت و ... باشد.
* ترشح خون آبه تا چند روز طبیعی است. اما در صورت خونریزی و تورم قابل توجه فوراً اطلاع داده شود (این احتمال تا دو هفته بعد از عمل وجود دارد) زیرا ممکن است نیاز به بررسی در اتاق عمل باشد.
* بیحسی پستان طبیعی و تا چند ماه طول خواهد کشید.
* مصرف دخانیات تا چند هفته پس از عمل موجب تاخیر در بهبودی و افزایش عوارض میشود.

برنامه درمانگاه فوق تخصصی جراحی

روز	پزشکان فوق تخصص
شنبه	دکتر عمرانی فر (صبح ها) - دکتر یدالهی (عصر ها) خانم دکتر یادگاری - خانم دکتر فرزام نیا
یک شنبه	دکتر ادیب (صبح ها) - آقای دکتر یدالهی
دو شنبه	خانم دکتر مستاجران - خانم دکتر صادقی
سه شنبه	آقای دکتر پیری - آقای دکتر صادقی
چهار شنبه	آقای دکتر قانع - خانم دکتر یادگاری آقای دکتر معین

جراحی بزرگ سازی سینه

در این جراحی با استفاده از پروتز یا پیوند چربی اندازه سینه بزرگ می‌گردد. پس از جراحی احساسی شبیه احتقان سینه در زمان شیر دادن خواهید داشت. در ابتدا سینه خیلی سفت بوده و بالاتر از محل طبیعی قرار دارد پس از مدتی افت نموده و مانند بافت قبلی نرم می‌شود. پروتز کاشته شده بعد از دو ماه جزئی از بدن شده و به صورت عضو پذیرفته می‌گردد.

جراحی کوچک سازی سینه

ببرداشتن چربی، بافت غددی و پوست از سینه، سبب ایجاد سایز سینه متناسب با بدن شما و کاهش ناراحتی همراه با سینه‌های بزرگ شود. کوچک کردن سینه تکنیکی شناخته شده برای ماموپلاستی است که چربی‌ها را کم می‌کند، پوست اضافه را برمی‌دارد و سینه‌ها را نیز سفت تر می‌کند. در این جراحی یک اسکار دائمی قابل توجه است که می‌تواند بوسیله کرم‌های موثری پوشانده شوند. بهبود ضعیف‌تر و اسکار وسیع‌تر در سیگاری‌ها شایع‌تر است. عمل می‌تواند گاهی عدم تقارن سینه‌ها و یا جای نوک سینه را هم به دنبال داشته باشد. در آینده شیردادن ممکن نخواهد بود چون مجراهای شیری حین جراحی از بین رفته‌اند. نتایج جراحی کوچک کردن سینه، ممکن است با گذشت زمان در اثر پیری، تغییرات وزن، عوامل هورمونی و جاذبه شکل سینه‌ها تغییر یابد.

خارج نمودن پروتز سینه

پروتز سینه همیشگی نیست و ممکن است تغییر اندازه و شکل بدهد از عوارض دیررس جراحی بزرگ‌سازی سینه سفتی بیش از حد آن به علت ایجاد کپسول (مجموعه بافت‌های سفت شده) نزدیک پروتز و تغییر ظاهر سینه می‌باشد. علت ایجاد کپسول این است که ماده مورد استفاده شده برای بدن یک جسم

خارجی محسوب می‌شود.

مهم است که بدانید جراحی پروتز پستان ممکن است به علت عفونت، جابه جایی یا تغییر شکل پروتز نیاز به جراحی مجدد در آینده داشته باشید. ضمناً به مرور زمان بعلت افزایش سن، تغییرات وزن و تغییرات هورمونی شکل پستان‌های شما را تغییر خواهد داشت بنابراین شما ممکن است از ظاهر پستان‌های خود ناراضی شده و نیاز به تعویض پروتز و یا عمل جراحی بالاکشیدن پوست پستان‌ها (لیفتینگ) داشته باشید. همواره با جراح خود در تماس بوده و در ویزیت‌های دوره ای شرکت نمائید.

ماستکتومی

در این جراحی قسمتی یا تمامی بافت یک سینه یا هر دو سینه جهت درمان سرطان سینه برداشته می‌شود. در ماستکتومی به سمتی که عمل نشده است بخواهید.

لیفت سینه (بالا کشیدن سینه)

جراحی بالا کشیدن سینه برای افرادی مناسب است که در اثر افزایش سن از شکل سینه خود ناراضی هستند. در این جراحی با استفاده از برش پوست‌های اضافی حذف خواهند شد.

تورم طی ۲ تا ۴ هفته برطرف می‌شود ممکن است ۱ تا ۳ ماه طول بکشد تا شکل سینه کاملاً مشخص شود. خطوط برش تا یک سال صاف‌تر و کمرنگ‌تر می‌شوند.

کاهنده چنانچه دچار تنگی نفس، درد قفسه صدری، یا ضربان غیر طبیعی قلب شدید، سریعاً کمک پزشکی بخواهید. ممکن است در صورت بروز این عوارض، نیاز به بستری شدن در بیمارستان و درمان‌های تکمیلی باشد.

پس از پایان عمل جراحی، پانسمان یا بانداژ بر روی محل برش‌ها گذاشته خواهد شد. ممکن است بانداژ الاستیک یا سوتین حمایت‌کننده برای کاهش ورم یا حمایت از سینه‌های در حال

التیام تا زمان دستور پزشک پوشانده شود. ممکن است یک لوله‌ی کوچک و باریک موقتاً در زیر پوست گذارده شود تا خون اضافی یا مایع تجمع یافته را در یک محفظه پلاستیکی تخلیه نماید. برداشتن آن با اجازه پزشک می‌باشد.

عوارض جراحی‌های سینه

۱. جوشگاه نامطلوب
۲. عفونت
۳. تغییر در حس سینه یا نوک آن که ممکن است موقت یا دائمی باشد
۴. خطرات بیهوشی
۵. خونریزی
۶. لخته‌های خونی
۷. اشکال در ترمیم زخم
۸. نامنظمی طرح و شکل سینه
۹. تغییر رنگ پوست، تغییر دائم رنگ، تورم، کبودی
۱۰. آسیب به عناصر عمقی، مثل اعصاب، عروق خونی، عضلات، ریه‌ها، که ممکن است دائم یا موقت باشند
۱۱. ناقزینگی سینه
۱۲. تجمع مایع
۱۳. سفتی بیش از حد سینه
۱۴. احتمال ناتوانی در شیر دادن
۱۵. احتمال از دست دادن پوست یا بافت سینه در محل برش
۱۶. احتمال از دست دادن قسمتی یا تمام نوک سینه
۱۷. ترومبوز ورید عمقی، عوارض قلبی و ریوی
۱۸. درد که ممکن است دائمی باشد
۱۹. حساسیت به چسب، نخ بخیه، فرآورده‌های خونی، ترکیبات موضعی یا داروهای تزریقی
۲۰. مرگ بافت چربی عمقی پوست (نکروز چربی)
۲۱. احتمال نیاز مجدد به جراحی