

جراحی شکم (ابدومینوپلاستی) :

عمل جراحی شکم که ابدومینوپلاستی نیز نامیده میشود ، چربی و پوست اضافه را برداشته و در بیشتر موارد ، عضلات ضعیف شده یا جدا شده را به حالت طبیعی باز گردانده و طرح هموارتر و سفت تری برای شکم ایجاد می کند . بسته به نوع جراحی می تواند از ۱ الی ۵ ساعت طول بکشد .

آنچه این عمل انجام نمی دهد :

جراحی شکم جایگزین کاهش وزن یا برنامه متناسب ورزش نمی شود ، اگر چه نتایج جراحی شکم از نظر تکنیکی دائمی هستند ، ولیکن تغییرات چشمگیر در وزن شما می تواند ، نتایج ضعف عضله را تضعیف کند ، به همین دلیل کسانی که قصد بارداری شدن دارند ، توصیه می شود که عمل خود را به تعویق بیندازند . بعلاوه جراحی شکم نمی تواند خطوط کشش (استریا) را تصحیح نماید . اگر چه ممکن است این خطوط در محل پوست اضافه که برداشته خواهد شد (غالباً در محل زیر ناف) قرار داشته و از این طریق برداشته شده یا بهبود یابند .



آماده شدن برای جراحی :

- اجتناب از سیگار به مدت ۲ هفته قبل و بعد از عمل
- اجتناب از مصرف آسپرین و داروهای مشابه مانند ایبو پروفن - دیکلوفناک - اندومتاسین و ...

مراقبتهای بعد از عمل :

- ۱- در ساعات اولیه بعد از عمل حتما باید بیمار به صورت V شکل (سر و پاها بالا) در تخت قرار گیرد .
- ۲- در طی چند روز اول ، ورم و درد ختصر وجود دارد .
- ۳- در چند روز اول جهت حفظ خونرسانی به بافتهای جابجا شده پوست ، بهتر است که به صورت خمیده راه بروید .
- ۴- بهتر است در روز های اول و طبق نظر پزشک تا چند ماه از شکم بند استفاده نمایید .
- ۵- در صورت انجام لیپو ساکشن ، باید از گن های مخصوص استفاده نمایید .
- ۶- بهتر است هر چه زودتر به فعالیت طبیعی برگردید .
- ۷- در صورت امکان فردای روز عمل با اجازه پزشک و پرستار از تخت خارج شده و راه بروید .
- ۸- محل های برش ظرف ۶-۳ ماه برجسته و قرمز شده ولی قبل از یک سال طبیعی می شود .

عوارض عمل جراحی شکم :

- ۱- جوشگاه نامطلوب
- ۲- خونریزی و عفونت
- ۳- تجمع مایع
- ۴- اختلال در ترمیم زخم
- ۵- از دست دادن پوست و تغییر رنگ پوست و یا تورم طولانی
- ۶- لخته های خونی
- ۷- بی حسی یا سایر تغییرات حس پوست
- ۸- مخاطرات بی هوشی
- ۹- مرگ بافت چربی عمقی پوست
- ۱۰- جدا شدن زخم
- ۱۱- ناقزینه گی
- ۱۲- محو و شلی پوست
- ۱۳- ترومبوز وریدهای عمقی ، عوارض قلبی و ریوی
- ۱۴- تورم طولانی مدت پاها
- ۱۵- آیسب عصبی
- ۱۶- احتمال نیاز به جراحی مجدد
- ۱۷- نتیجه کمتر از حد مطلوب از نظر زیبایی



شناسنامه پمفلت آموزشی	
عنوان	ابدومینوپلاستی
تهیه و تدوین	صدیقه کمانی - کارشناس پرستاری واحد آموزش سلامت
مشاور علمی	آقای دکتر معماری
سال تهیه	اردیبهشت 1402
کد پمفلت	AW7-15
www.goldis.mui.ac.ir - بیمارستان گلدیس شاهین شهر	
منابع علمی: مایرز، دونا - راهنمای آموزش مددجو برای مراقبت در منزل	

برداشته می شوند .

۱۰- مقدار ورم تا سه روز ممکن است بیشتر شود که طبیعی است. با این وجود در صورت درد قابل ملاحظه تماس گرفته شود .

۱۱- مقدار ورم متغییر و صبح ها بیشتر است که با پرداختن به فعالیت معمولی به حداقل می رسد .

۱۲- تا ۱۵ روز مصرف نمک به حداقل کاهش داده شود .

۱۳- داروهای خود را تا آخر مصرف کنید .

۱۴- مصرف دخانیات تا چند هفته پس از عمل موجب تاخیر در بهبودی و افزایش عوارض می شود .



مراقبتهای در منزل :

۱- درد تا سه روز حداکثر و سپس کاهش می یابد که در طی این دوره مسکن جوابگو خواهد بود .

۲- برای کاهش درد هنگام استراحت سر را بالاتر از معمول و بدن را خم نگاه دارید ، تا چند هفته از فعالیت سنگین پرهیز کنید . (فعالیت معمول ضرری ندارد و استراحت مطلق ممنوع است زیرا خطر لخته شدن خون در عروق اندام تحتانی را افزایش می دهد)

۳- در صورت عدم رعایت موارد فوق امکان ورم طولانی وجود دارد . کبودی خفیف شکم طبیعی است .

۴- آناناس تازه حاوی ماده بروملین و ویتامین ث است که در تسریع جذب کبودی و ورم موثر است و هر چه سریعتر مصرف شود بهتر است .

۵- مصرف میوه جات - ماهی و میگو و امگا ۳ به وفور توصیه می شود .

۶- ترشح خونابه تا چند روز طبیعی است ، اما در صورت خونریزی واضح و قابل توجه اطلاع داده شود (این احتمال تا دو هفته بعد از عمل وجود دارد) .

۷- ویزیت روز سوم برای بررسی محل عمل و خروج درن (در صورت وجود) لازم است .

۸- ویزیت هفته اول برای بررسی محل عمل لازم است .

۹- بخیه ها در روز دهم تا چهار ردهم (به جز موارد خاص)