

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 باردار 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- ناقرینه گی
- ۱۲- محو و شلی پوست
- ۱۳- ترومبوز وریدهای عمقی ، عوارض قلبی و ریوی
- ۱۴- تورم طولانی مدت پاها
- ۱۵- آسیب 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 احمدی
سال تهیه	اردیبهشت 1404
کد پمفلت	AW7-15
www.goldis.mui.ac.ir - بیمارستان گلдіس 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 متغیر 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)