

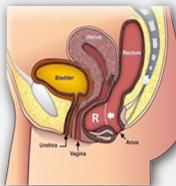
شرح بیماری

راست روده در انتهای روده بزرگ قرار گرفته است. پارگی عضلات کف لگن ممکن است روده یا مقعد را بطرف بالا متمایل کند.

جابجایی راست روده بطرف بالا و فشار آن به دیواره دستگاه تناسلی را افتادگی راست روده یا رکتوسل می‌گویند.

* تشخیص

تشخیص بیماری با کمک شرح حال و معاينه انجام می‌شود. اما ممکن است از روش‌های دیگری مانند عکس رادیولوژی وسی تی اسکن و سونوگرافی نیز در برخی شرایط استفاده شود.



* درمان

با توجه به نظر پرشک درمان طبی یا جراحی توصیه می‌گردد:

درمان طبی شامل:

۱- انجام ورزشهای عضلات لگن: این ورزش برایتی در هر زمان و مکانی قابل انجام است. حتی سر کار، روی مبل و یا زمانی که مشغول استراحت هستید و به روش زیر انجام می‌شود.

- ماهیچه‌های لگن خود را سفت کنید.
ماهیچه‌های که سبب متوقف کردن ادرار می‌شوند.

- این انقباض را بمدت ۵ ثانیه نگه دارید و سپس برای ۵ ثانیه آزاد کنید.

* علائم و نشانه‌ها

احساس فشار در ناحیه لگن، خستگی در کمر و درد لگن، احساس زور و فشار در ناحیه مقعد، یبوست و عدم کنترل در دفع گاز و مدفوع، مقابله در دنک

این کار را آنقدر انجام دهید تا بتوانید عضلات لگن را برای مدت ۱۰ ثانیه نگه دارید.

این تمرین را ۱۰ بار در روز انجام دهید تا با تکرار آن بتوانید عضلات ناحیه لگن را محکم و قوی کنید.

۲- مصرف غذایی‌های پرفیبر مانند: سبزیجات و میوه‌ها
۳- استفاده از حلقه‌های مخصوص که پزشک توصیه می‌کند.

۴- افتادگی کامل رکتوم فقط درمان جراحی دارد که نوع جراحی انجام شده به وجود یا عدم وجود بی اختیاری مدفوع بستگی دارد. در این نوع عمل جراحی، پزشک جراح اقدام به ثابت کردن روده در داخل لگن و یا کوتاه کردن قسمت بیرون زده روده خواهد نمود.

* عوارض

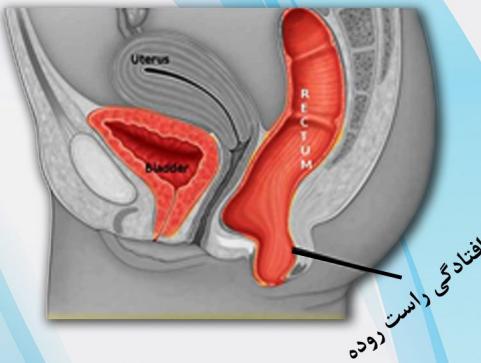
بدنبال ایجاد رکتوسل در فرد ممکن است عوارض زیر بروز نماید: عفونت، خراش و زخم در دستگاه تناسلی، بواسیر (هموروئید)

* مراقبت بعد از عمل جراحی

- جهت ضد عفونی محل بخیه‌ها، در یک لگن تمیز متوسط تا نیمه آب و لرم



افتادگی، است و ده



واحد آموزش به بیمار و ارتقای سلامت همگانی

www.golpayegani-h.ir



- از کارهای سنگین مانند بلند کردن اشیاء سنگین، ایستادن طولانی و تمرينات ورزشی سنگین طی ۶ هفته اول بعد از عمل خودداری کنید.

- در روزهای اول بعد از عمل از مصرف مواد غذایی نفاخ پرهیز کرده و رژیم غذای حاوی پروتئین و ویتامین‌های (C) و بین الی ۱۰ لیوان مایعات مصرف کنید مصرف کنید.

- جهت پیشگیری از یبوست بعد از عمل
از سبزیجات و میوه و سالاد، روغن زیتون،
برگه آلو، انجیر خیس شده، کمپوت هلو،
گلابی و... در عدههای غذایی استفاده
کنید.

* در چه شرایطی به پژوهش مراجعه نمائید؟

- ۵- روز بعد از عمل جهت کنترل محل بخیه به پزشک معالج مراجعه نمایید.
بخیه ها کشیدنی نیست و پس از مدتی حذب می شود.

- در صورت درد ناگهانی، افزایش درد و
یا خونریزی، سوزش ادرار، تکرر ادرار،
عدم دفع ادرار و تب لازم است بلا فاصله
به پزشک معالج و یا مراکز درمانی مراجعه
نمائید.

منابع:
كتاب داخلى و جراحى برونر و سودارت
better health

ریخته و ۳ تا پیمانه بتادین با درب
ظرف بتادین در لگن بریزید و روزی
۲ تا ۳ بار و هر بار ۱۵ دقیقه در لگن
بنشینید.

- محل عمل تمیز و خشک باشد و برای
خشک نمودن محل عمل از چراغ مطالعه
یا سشوار با فاصله ۱۵ سانتیمتری
استفاده کنید.

- در صورتیکه نمیتوانید ادرار کنید باز
کردن شیرآب یا نوشیدن مایعات در
بر قراری ادرار کمک میکند و اگر بیش
از ۱۲ ساعت ادرار نداشتیید به پزشک
معالج باولین، مركزد، مانه، مراجعه کنید.

- لباس زیر را روزانه تعویض کنید و از
لباسهای زیرنخی استفاده و از پوشیدن
لباس های حاوی الیاف مصنوعی و
جوراب شلوارهای تنگ و پلاستیکی
خودداری کنید.

- لباس زیر همیشه باید خشک باشد و از مطوف شدن آن بھین کنید.

- پس از هر بار ادرار کردن و اجابت مزاج،
ناحیه عمل را با محلول نمکی (سرم نرمال
سالین) ولرم شستشو داده و با دستمال
بکار، مصفف تمنی و خشک نمائید.

- برای جلوگیری از عفونت ادراری، ناحیه پرینه را از جلو به عقب شستشو دهید.