

ابدومینوپلاستی

ابدومینوپلاستی یا عمل جراحی زیبایی شکم اقدامی تهاجمی جهت صاف و کشیده کردن شکم به وسیله ی خارج کردن پوست و چربی اضافی و سفت کردن عضلات جدار شکم میباشد. ابدومینوپلاستی برای بیماری مناسب است که تمام اقدامات غیر تهاجمی تر مثل رژیم و ورزش و... را امتحان کرده و نتیجه نگرفته و در حال افزایش وزن نیست

کدام بیمار نباید جراحی ابدومینوپلاستی شود

۱- خانمی که هنوز ممکن است بچه دار شود بهتر است از ترمیم بدون دوختن عضله (فقط پوست و چربی) استفاده کند یا کلا جراحی را به بعد از زایمان هایش به تعویق بیندازد
۲- فردی که می خواهد لاغر شود بهتر است اول به وزن ایده ال خود برسد و سپس برای جراحی زیبایی شکم یا ابدومینوپلاستی اقدام کن

۳- عمل جراحی ابدومینوپلاستی با ایجاد برش طولی در زیر شکم انجام می شود، که جای آن برای همیشه به جا می ماند، گرچه در اکثر بیماران این محل برش در طول ۶-۱۲ ماه به فرم قابل قبول در می آید(یک خط باریک)، در موارد نادری احتمال بروز گوشت اضافی (هایپر تروفیک اسکار) یا پهن شدن محل برش و بد شکلی های دیگر وجود دارد



در صورت بروز چه علائمی بعد از جراحی

ابدومینوپلاستی، بایستی به پزشک معالج اطلاع داده

شود و یا جهت ویزیت کنترل مراجعه کرد؟

-خونریزی از محل درن ها

-تغییر رنگ پوست در اطراف محل برش و ناف (کبودی در

اطراف برش و ناف طبیعی می باشد)

-خروج ترشحات چرکی از محل درن ها یا برش جراحی

تعویض پانسمان محل عمل جراحی ابدومینوپلاستی و

زمان تعویض پانسمان به چه صورت می باشد؟

-بایستی پانسمان ناف و محل برش قسمت تحتانی شکم

روزانه تعویض شود. ابتدا با بتادین و سپس با سرم

فیزیولوژی (یا نرمال سالین) شستشو داده شود و پس گاز

وازلین و بعد گاز استریل استفاده شود.

-در صورت لزوم پانسمان محل درن ها (در صورت خیس

شدن پانسمان مربوطه) روزانه ۳ تا ۴ بار تعویض شود.

-از گذاشتن مستقیم پوشک های غیراستریل بر روی

زخم، باید خودداری شود.

استفاده از چه مواردی می تواند باعث تسریع در التیام

محل جراحی شود؟

استفاده از ترکیبات **Vit C**

چه مدت بعد از عمل جراحی ابدومینوپلاستی بیمار می

تواند فعالیت های روزمره خود را شروع کند؟ و چه مدت

بعد از عمل جراحی می تواند فعالیت های ورزشی خود را

شروع کند؟

در صورتیکه همراه جراحی ابدومینوپلاستی، پلیکاسیون

(یا پلیسه کردن) عضلات جدار شکم انجام شده باشد،

انجام فعالیت های ورزشی سنگین و یا بلند کردن اجسام

سنگین به مدت ۲ ماه ممنوع می باشد.

فعالیت های عادی را بعد از ۱۰ تا ۱۴ روز می توان انجام

داد. رانندگی به مدت ۲ تا ۳ هفته ممنوع می باشد.

بعد از عمل جراحی ابدومینوپلاستی روش خوابیدن و

استراحت و راه رفتن بیمار به چه صورت می باشد؟

-لازم است در طی دو هفته اول بعد از عمل زیر سر بیمار

هنگام خواب بلند باشد (۳۰ تا ۴۰ درجه) و پاها از ناحیه

مفصل ران به طرف شکم جمع باشد.

-خوابیدن بر روی شکم ممنوع می باشد. چرخیدن به

پهلوها با پاهای جمع بلامانع است.

-به مدت ۱۰ تا ۱۴ روز بعد از عمل ، هنگام راه رفتن ، بیمار

باید حالت خمیده داشته باشد.

نحوه لباس پوشیدن بعد از عمل جراحی ابدومینوپلاستی

به چه صورت می باشد؟

توصیه می شود بیمار در طی دوران بعد از عمل از لباس

های آزاد و گشاد استفاده نماید تا بویژه هنگام پانسمان

دچار مشکل نشوند.

دستورات غذایی بعد از عمل جراحی ابدومینوپلاستی به

چه صورت است؟

بعد از هوشیاری کامل بیمار و نداشتن استفراغ،

استفاده از مایعات مانند آب و آب میوه، بلامانع

است



ابدومینوپلاستی

تهیه و تنظیم : بخش جراحی
با همکاری دفتر آموزش پرستاری



شماره پمفلت :

خرداد ۱۴۰۱ بازنگری خرداد ۱۴۰۲

ضد انعقاد و تزریقی مانند هپارین و انوکساپرین (یا کلسان) قبل و بعد از عمل استفاده می شود که نحوه تزریق و مدت زمان لازم برای مصرف دارو هنگام ترخیص توضیح داده می شود.

بعد از ترخیص بیمار چه داروهایی برای وی تجویز می شود؟
- جهت جلوگیری از عفونت محل عمل، آنتی بیوتیک خوراکی تجویز می شود - جهت کنترل درد بعد از عمل ، مسکن تجویز می شود

- در صورت داشتن بیوست (قبل از عمل جراحی) به پزشک جراح خود اطلاع دهید تا داروی مناسب تجویز شود.

زمان کشیدن بخیه محل عمل جراحی ابدومینوپلاستی و مراقبت های بعد از آن به چه صورت است؟
- بخیه های محل برش جراحی شکم قابل جذب بوده و نیازی به کشیدن ندارد و فقط بعد از ۱۰ تا ۱۴ روز گره های دو طرف برش قطع خواهد شد.

- بخیه های داخل ناف از نوع غیرقابل جذب بوده و ۱۰ تا ۱۴ روز بعد از عمل کشیده خواهد شد.

- بعد از کشیدن یا قطع بخیه ها و اطمینان از کامل شدن اولیه ترمیم زخم بسته به مورد استفاده از ژل یا کرم های آنتی اسکار توصیه می شود تا مانع از ایجاد گوشت اضافه یا برجستگی در محل برش شوند.

مزایای پوشیدن گن بعد از ابدومینوپلاستی

- جلوگیری از تجمع مایعات

استخراج چربی های اضافی از بدن ، منجر به ایجاد فضاهای خالی در ناحیه تحت درمان می شود و این اتفاق منجر به تجمع خونابه در زیر پوست می گردد

پوشیدن گن به دلیل فشاری که به شکم وارد می آورد از تجمع خونابه جلوگیری می کند و باعث چسبیدن پوست به بافت زیرین خود می شود

در شب بعد از عمل خوردن غذاهای سبک مانند سوپ یا جوجه بلامانع می باشد.

از فردای روز عمل رژیم غذایی عادی (با حجم کم تا متوسط) بلامانع است ولی از پر خوری باید خودداری شود.

زمان استحمام بعد از عمل ابدومینوپلاستی چگونه است؟
تا قبل از کشیدن درن های دو طرف برش استحمام ممنوع است و لیشستن سر بلامانع است و برای تمیزی یا بهداشت بدن می توان از حوله مرطوب استفاده کرد.

بعد از کشیدن درن (که بطور معمول ۵ تا ۷ روز بعد از عمل جراحی انجام می شود) ۲۴ تا ۷۲ ساعت طول می کشد تا سوراخ درن ها بطور خودبخود بسته شود و بعد از این مدت استحمام بلامانع است.

استفاده از شکم بند بعد از عمل ابدومینوپلاستی به چه صورت می باشد؟

استفاده از شکم بند طبی در طی ۲ تا ۳ ماه بعد از عمل جراحی ضروری است و یک روز درمیان جهت بستن شکم بند باید عوض شود. توصیه می شود شکم بند اضافی تهیه شود تا در صورت کثیف شدن شکم بند و شستن آن از شکم بند جایگزین استفاده شود.

مراقبت های بعد از جراحی ابدومینوپلاستی

جهت جلوگیری توروموزورید عمقی یا (لخته شدن خون در پاها) و بدنبال آن آمبولی رید چه اقداماتی صورت میگیرد؟
جهت پیشگیری از توروموزورید های عمقی اندام تحتانی و عمدتا ساق پا (DVT) و بدنبال آن آمبولی رید در حین و بعد از عمل جراحی از جوراب های ضد آمبولی استفاده می شود که حداقل تا ۲ هفته بعد از عمل جراحی باید از آن استفاده شود.

در بسیاری از بیماران علاوه بر اقدامات فوق و بسته به مورد جهت جلوگیری از DVT و بدنبال آن آمبولی رید از داروهای