

Zalecenia wypisowe dla pacjentek po dolnych operacjach ginekologicznych:

1. Kontrolna wizyta u lekarza po ok 3 tygodniach od zabiegu.
2. Wskazana jest dbałość o higienę rany operacyjnej- częste zmiany wkładek, mycie okolicy rany wodą z mydłem i dokładne osuszanie czystym ręcznikiem. Nie zaleca się długotrwałego moczenia rany i kąpieli w wannie.
3. Przez ok 6 tygodni unikać: ciężkich prac fizycznych, ćwiczeń wymagających napinania powłok brzusznych oraz podnoszenia przedmiotów o wadze powyżej 5 kg. Wskazana jest umiarkowana aktywność fizyczna np. spacer.
4. Zalecaną dietą jest dieta łatwostrawna, bogatoresztkowa, zapobiegająca zaparciom, z uwzględnieniem diety właściwej dla schorzeń współistniejących. Redukcja masy ciała w przypadku nadwagi lub otyłości. Należy dbać o prawidłowe nawodnienie.
5. Dbałość o regularne wypróżnianie, unikanie potraw wzdymających.
6. Ograniczenie współżycia przez co najmniej 6 tygodni po zabiegu.
7. Niewskazane jest stosowanie tamponów.
8. Zaleca się noszenie przewiewnych, luźnych ubrań z naturalnych tkanin.

W przypadku zauważenia objawów takich jak ból, wymioty, nadmierna wydzielina z rany, gorączka powyżej 38°C utrzymująca się przez kilka godzin, problemy z oddawaniem moczu lub obfite krwawienie z dróg rodnych należy niezwłocznie zgłosić się do lekarza.