

## آبدومینوپلاستی

جراحی شکم روشی است برای صاف کردن شکم با برداشتن پوست و چربی اضافی، سفت کردن عضلات دیواره شکم.

## نکات مهم قبل از عمل

### نحوه انجام عمل:

این جراحی به طور معمول به دو صورت انجام می‌گردد:

### جراحی پلاستیک کوچک

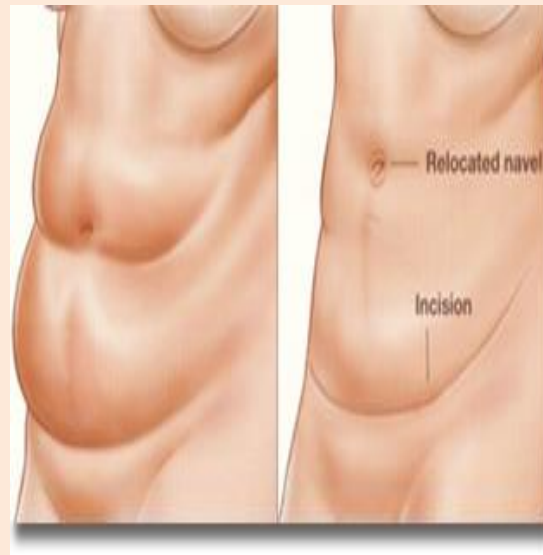
در این نوع جراحی برش کوچکی داده می‌شود و این برش کوچک اجازه می‌دهد تا چربی‌ها از این ناحیه خارج گردد.

### جراحی پلاستیک کامل

در این روش که کمی از روش قبل بزرگتر است برش بزرگی زده می‌شود و مقدار زیادی چربی و حتی پوست شکم برداشته می‌شود و اغلب جراح، ناف مصنوعی را خود برای بیمار ایجاد می‌کند. لازم به ذکر است که لیپوساکش و یا همان برداشت چربی‌ها در هردو روش انجام می‌شود که خطرات خاصی را به دنبال دارد که در ذیل گفته خواهد شد.

### تکنیک عمل:

یک برش معمولاً در ناحیه سزارین و از برجستگی لگن داده می‌شود، آزاد کردن پوست و چربی از عضلات شکم تا روی دنده‌ها، سفت کردن عضلات طولی شکم سپس ساکشن چربی‌های اضافی زیر پوست در کل جدار شکم و پهلوها، کارگذاری ناف در جای جدید و ترمیم چند لایه محل برش .



## نکات مهم قبل از عمل

شما روز عمل باید از ۸ ساعت قبل ناشتا باشید.

زیور آلات و وسیله فلزی و دندان مصنوعی به همراه نداشته باشید

لاک و آرایش کاملاً پاک شود.

در مورد نوع بیهوشی، بیهوشی کامل خواهد بود.

## مراقبت بعد از عمل

حدوداً تا ۵ ساعت بعد از عمل نباید چیزی میل کنید چرا که به دلیل داروهای بیهوشی حرکات معده و روده شما کند است و چنانچه شما چیزی میل کنید باعث بروز حالت تهوع و استفراغ می‌شود. حدوداً ۵ ساعت بعد از عمل ابتدا کمی آب می‌آشامید اگر چنانچه مشکلی نداشتید یک ربع بعد مختصری آب میوه خواهید آشامید و بعد از آن میتوانید از غذاهای نرم استفاده کنید و از روز سوم به بعد هر چه خواستید میتوانید میل کنید .

جهت تسکین درد بعد از عمل فقط از استامینوفن ساده یا کدئین به عنوان مسکن استفاده نمایید و از خوردن داروهایی مثل بروفن، ایندومتاسین، آسپرین و ... اجتناب کنید .

در برنامه غذایی خود حتماً از میوه ( ترجیحاً آناناس ) و سبزی تازه و مواد پروتئین مثل گوشت و مرغ و تخم مرغ استفاده نمایید.

در راه رفتن حتماً بایستی خمیده خمیده راه رفته شود تا بخیه‌ها کشیده نشود و زخم باز نگردد

### عوارض جانبی:

درد و ورم و التهاب در ناحیه عمل، جراح شما بنا به صلاحدید خود برای شما مسکن تجویز خواهد کرد. محل زخم ممکن است تا چندین هفته و یا حتی ماه



دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

مرکز پزشکی آموزشی درمانی ۱۵ خرداد

آبدومینوپلاستی

واحد آموزش دفتر پرستاری

شماره تماس در صورت بروز هرگونه مشکل :

۸۸۹۰۲۱۵۵

داخلی ۴۶۶



طول بکشد. همچنین ممکن است احساس سوزن سوزن شدن، بی حسی، کبودی و کشیدگی در ناحیه عمل سبب خستگی شما در طی این مدت گردد. ممکن است جای زخم مدت ها طول بکشد تا از بین برود و حتی شاید هرگز محو نشود. جراح شما اگر توصیه به مصرف پماد یا کرم خاصی نموده حتما تهیه و مصرف نمایید.

#### خطرات :

عفونت و خونریزی احتمالی، بهبود با تأخیر زخم، اسکار محل عمل و یا باز شدن محل زخم که در موارد معدودی نیاز به عمل مجدد دارد.

#### بهبودی :

معمولاً بخیه ها بعد از دو یا سه هفته برداشته می شود و نباید حداقل زودتر از شش هفته ورزش شکم را شروع کنید. به مدت یک ماه کارهای سبک انجام دهید و از شکم بند مناسب استفاده نمایید. گرچه در بعضی افراد ماه ها طول می کشد که احساس راحتی نمایند. بازگشت به کار : بعد از ۲ تا ۴ هفته فعالیت شدید : بعد از ۴ تا ۶ هفته یا بیشتر صاف شدن جای زخم : تا ۲ سال بعد از عمل طول می کشد. صاف شدن و کم رنگ شدن محل جراحی بین ۶ ماه طول می کشد .

#### نتایج :

معمولاً طولانی مدت است. البته تا زمانی که بیماران رژیم غذایی را رعایت کنند و همراه با آن ورزش را ترک نکنند.

#### شرایط بیمار :

شما معمولاً نیاز به حداقل یک شب بستری دارید.