



گروه پزشکی شفا  
بیمارستان و زایشگاه



SHAFHA HOSPITAL  
SHIRAZ  
IRAN

جراحی زیبایی شکم

(ابدومینوپلاستی) و

مراقبتهای مربوطه

تدوین: کاظمی (واحد آموزش سلامت)

زیر نظر: دکتر امرالهی

پاییز ۱۴۰۰

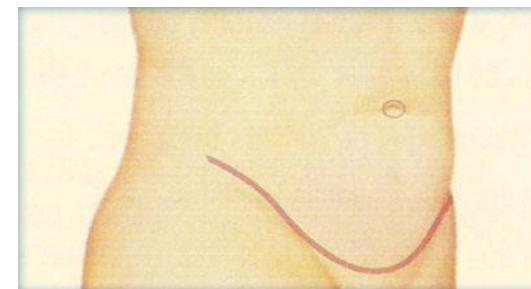
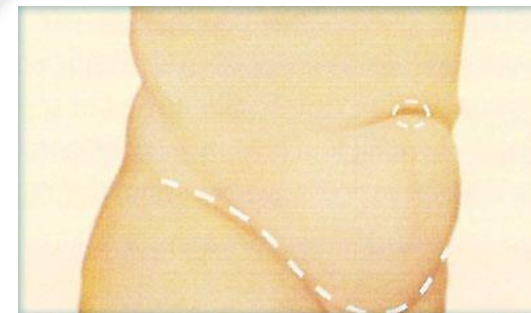
۱۹- مقدار ورم متغییر و صبحها بیشتر است که با پرداختن به فعالیت معمولی به حداقل میرسد.

۲۰- تا دو هفته بعد از عمل مصرف نمک به حداقل کاهش داده شود.

۲۱- مصرف دخانیات تا چند هفته پس از عمل قطع شود چون موجب تاخیر در بهبودی و افزایش عوارض میشود.

ابدومینوپلاستی، مانند هر عمل زیبایی دیگری ممکن است به اعمال اصلاحی جزئی نیاز داشته باشد.

منبع: سایت [medicalonlion.com](http://medicalonlion.com)



(احتمال اینکه ترشحات خونابه ای تا دو هفته بعد از عمل باشد، وجود دارد)

۱۶- ویزیت روز سوم برای بررسی محل عمل و خروج درن (در صورت وجود) لازم است، بخیه ها جذبی هستند و نیاز به کشیدن ندارد.

۱۷- ویزیت هفته اول برای بررسی محل عمل لازم است.

۱۸- داروهای خود را تا روز آخر مصرف کنید.





**جراحی شکم ( ابدومینوپلاستی ) : عمل جراحی**  
شکم که ابدومینوپلاستی نیز نامیده می شود، چربی و پوست اضافه را برداشت و در غالب موارد عضلات ضعیف شده یا جدا شده را به حالت طبیعی بازگردانده و طرح هموارتر و سفت تری برای شکم ایجاد می نماید.

**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 توانند، نتایج ضعف عضله را تضعیف کنند. به همین دلیل، کسانی که قصد کم کردن شدید وزن دارند، یا زنانی که قصد باردار شدن دارند، توصیه می شود که عمل خود را به تعویق بیاورند. بعلاوه جراحی شکم نمی تواند خطوط ککش (استریا) را تصحیح نماید، اگرچه 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 کشیدن سیگار به مدت دوهفته قبل و بعد از عمل  
\*اجتناب از مصرف آسپرین و داروهای مشابه

### مراقبتهای بعد از عمل:

- ۱- در طی چند روز اول ورم و درد مختصر وجود دارد.
- ۲- در چند روز اول جهت حفظ خونرسانی به بافت های جابجا شده پوست، بهتر است که به صورت خمیده راه بروید.
- ۳- بهتر است در روزهای اول و طبق نظر پزشک تا چند ماه از شکم بند استفاده نمائید
- ۴- در صورت انجام لیپو ساکشن، باید از گنهای مخصوص استفاده نمائید
- ۵- بهتر است هر چه زودتر به فعالیت طبیعی بر گردید.
- ۶- در صورت امکان فردای روز عمل با اجازه پزشک و پرستار از تخت خارج شده و راه بروید.
- ۷- تا ۳-۶ ماه محل برش برجسته و قرمز می باشد ولی قبل از یک سال طبیعی می شود

۸- درد تا حداکثر سه روز بعد از عمل وجود دارد و سپس کاهش میابد که. در طی این دوره مسکن جوابگو خواهد بود .

۹- برای کاهش درد هنگام استراحت سر را بالاتر از معمول و بدن را خم نگاه دارید.

۱۰- 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 میدهد.)

۱۱- در صورت عدم رعایت موارد فوق امکان ورم طولانی وجود دارد.

۱۲- بعد از عمل کبودی خفیف شکم طبیعی است.

۱۳- آناناس تازه حاوی ماده بروملین و ویتامین ث است که در تسریع جذب کبودی و ورم موثر است و هرچه بیشتر مصرف شود بهتر است .

۱۴- مصرف میوه جات، ماهی و میگو و امگا ۳ فراوان توصیه میشود.

۱۵- ترشح خونابه تا چند روز طبیعی است. اما در صورت خونریزی واضح و قابل توجه اطلاع داده شود.