زانیاری بۆ نەخۆش

نەشتەرگەریی کردنەوە

لە پێش و دواتردا

SÖDERSJUKHUSET

سەقەتکردنی جنسی/خەتەنەکردنی ژنان چییە؟

لە سەقەتکردنی جنسیدا، بەشێک لە ئەندامی زاوزێی دەرەوەی کچ بێ هیچ هۆکارێکی پزیشکی بڕدراوەتەوە و/یان گۆڕانکاری بەسەردا هاتووە. ئەمە دەتوانێت دواتر لە ژیاندا ببێتە هۆی ئازار. ئازارەکان بەپێی ئەوەی سەقەتکردنی جنسی چۆن کراوە جیاوازن. لە جۆرێکدا کە پێی دەوترێت خەتەنەکردنی فیرعەونی (infibulation)، لێوەکانی زێ بەیەکەوە دروونراون، بە جۆرێک کە دەرچەی زێ لە پشتەوە تەنگ بووەتەوە.

ناڕەحەتییە باوەکان کە ڕەنگە دروست ببن:

- میزکردن کاتێکی زۆری پێدەچێت یان میزەکە بە دوو ڕێچکە دەردەچێت
- کێشە لە سووڕی مانگانەدا
- لە کاتی جووتبووندا هەست بە تەنگی و ئازار دەکرێت، یان جووتبوون بە تەواوی ئەنجام نادرێت
- ئەنجامدانی پشکنینی نەخۆشیی ژنان قورس یان ئەستەمە، بۆ نموونە تاقیکردنەوەی شانەیی (cellprovtagning)
- پردی پێستەکە لە کاتی زاییندا دەبێتە بەربەست و ئەنجامدانی پشکنینەکان لە کاتی زاییندا قورس دەبێت

نەشتەرگەرییەکە

ئەگەر دەرچەی زێ بەهۆی ئەو پردەی پێستەوە کە لە کاتی سەقەتکردنی جنسیدا دروست بووە زۆر تەنگ بێت، دەتوانین بە نەشتەرگەریی کردنەوە یارمەتیت بدەین. ئەم نەشتەرگەرییە پێی دەوترێت دیفیبولەیشن (defibulering).

پزیشکە نەشتەرگەرەکە پردی پێستەکە دەکاتەوە و لێوارەکانی هەردوو لا تەقەڵ دەدات. تەقەڵەکان یارمەتیدەدەن شوێنەکە خێراتر چاک ببێتەوە، ئازاری کەمتر بێت و لێوارەکانی پێست دووبارە بەیەکەوە نەلکێنەوە. تەقەڵەکان نزیکەی دوو هەفتە دەمێننەوە و پاشان خۆیان دەتوێنەوە.

بۆ ئەوەی لە کاتی نەشتەرگەرییەکەدا ئازارت نەبێت، ڕاست پێش نەشتەرگەرییەکە دەرمانی سڕکەری خۆجێی لە پردی پێستەکەدا دەدەین. نەشتەرگەرییەکە دەتوانرێت ئەنجام بدرێت تەنانەت ئەگەر زگپڕ بیت، چونکە کاریگەری لەسەر منداڵەکە نییە.

پێش نەشتەرگەری

پێش نەشتەرگەرییەکە دەتوانیت وەک ئاسایی ژیانت بەردەوام بێت و باشە پێش ئەنجامدانی نەشتەرگەرییەکە شتێکت خواردبێت. لەسەر کاتی خۆیدا بگەیە نۆرینگەکە. دوای نەشتەرگەرییەکە دەتوانیت ڕاستەوخۆ بگەڕێیتەوە ماڵەوە.

١.٥ کاتژمێر پێش کاتی دیاریکراوی نەشتەرگەرییەکە، ئەو کرێمی سڕکەر وەرتگرتووە بە پردی پێستەکە بدە و حەبی کەمکردنەوەی ئازار بخۆ:

- ئەگەر زگپڕ نیت: ٢ دانە Alvedon (paracetamol) ی ٥٠٠ mg و ١ دانە Ibuprofen ی ٤٠٠ mg
- ئەگەر زگپڕیت: تەنها ٢ دانە Alvedon (paracetamol) ی ٥٠٠ mg

لە ڕۆژی نەشتەرگەرییەکەدا دێیتە نۆرینگەی ژنان (gynmottagningen)، هەمان شوێن کە لە سەردانی پێشوودا چاوت بە پزیشکەکە کەوتووە (نهۆمی 0، ئاسانسۆری B)، و لە پرسگەکەدا خۆت تۆمار دەکەیت.

پاش نەشتەرگەری

- ناوگەڵت بە ئاو بشۆ، بەڵام بە سابوون مەیشۆ
- لە سەرەتادا ڕەنگە باشتر بێت لە هەمان کاتدا کە میز دەکەیت ناوگەڵت بە ئاو بشۆیت
- بۆ لایەنی کەم ٤ هەفتە، یان تا ئەو کاتەی هەست دەکەیت چاک بووەتەوە، لە جووتبوون خۆت بەدوور بگرە
- بۆ ماوەی ٣ هەفتە لە ڕاهێنان و وەرزش خۆت بەدوور بگرە
- ڕەنگە لە چەند ڕۆژی یەکەمی دوای نەشتەرگەرییەکەدا ئازارت هەبێت. باشە حەبی کەمکردنەوەی ئازار بە شێوەیەکی ڕێکوپێک بەکاربهێنیت:
  ٢ دانە Alvedon ی ٥٠٠ mg، ٣ جار لە ڕۆژێکدا.
  ئەگەر زگپڕ نیت و هەستیاریت نیت، دەتوانیت جگە لە Alvedon، ١ دانە Ibuprofen ی ٤٠٠ mg، ٣ جار لە ڕۆژێکدا بخۆیت.
  جێلێکی سڕکەر لەگەڵ خۆت بۆ ماڵەوە دەبەیت کە دەتوانیت سووتانەوەکە کەم بکاتەوە.
  دەتوانیت چەند جارێک لە ڕۆژێکدا بەکاریبهێنیت.
- ئازاری ناوگەڵت دەبێت ڕۆژ بە ڕۆژ کەمتر ببێتەوە.

VI ÄR EN DEL AV
REGION STOCKHOLM

له

SÖDERSJUKHUSET

GYNMOTTAGNINGEN, 08-123 627 00
SJUKHUSBACKEN 10, 118 83 STOCKHOLM, TEL 08-123 610 00
SL Buss 3, 4, 168, PENDELTÅG STOCKHOLM SÖDRA
WWW.SODERSJUKHUSET.SE