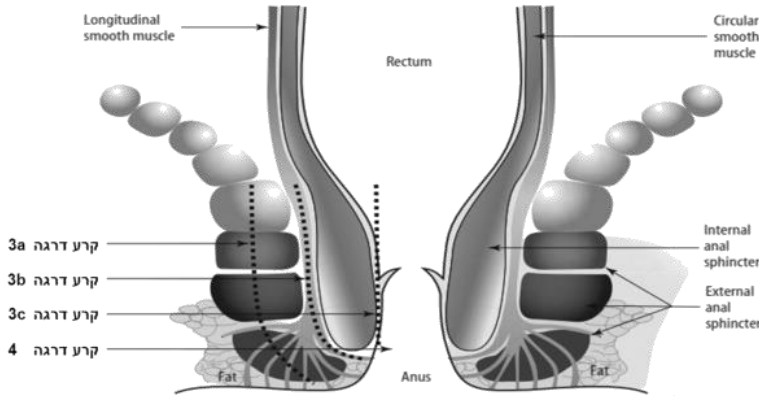


**יולדת יקרה,**

**במהלך הלידה שעברת נוצר קרע המערב את סוגר פי הטבעת.**

**לפנייך הסבר קצר על הקרע, מהלך הטיפול והמעקב.**



קרע פרינאלי דרגות 3-4 הוא קרע בין הנרתיק לחלחולת (רקטום) המערב את השרירים סביב פי הטבעת.

סביב פי הטבעת ישנן 2 שכבות שרירים: הסוגר הפנימי והסוגר החיצוני. שרירים אלו מונעים דליפת צואה וגזים באופן בלתי רצוני. קרע דרגה 3 הינו קרע חלקי או מלא של הסוגר החיצוני ו/או הפנימי.

קרע דרגה 4 מערב גם את רירית הרקטום (השכבה הפנימית).

לקרע עלולה להיות השפעה עתידית על השליטה בסוגרים. על מנת להקטין בעיות שליטה בצואה וגזים, עברת תפירה בשיטה ייעודית למניעת תופעה זו.

<p><b>פעילות מעיים</b></p> <p>ישיבה ארוכה ומאמץ בשירותים בשל עצירות עלולים לגרום לחץ על אזור התיקון ולהפריע להחלמה התקינה.</p> <p>אם תסבלי מעצירות, תקבלי שמן פרפין להקלה.</p>	<p><b>כלכלה</b></p> <p>אכילה מסודרת ושתייה מרובה, חשובות למניעת עצירות. חשוב לצרוך כלכלה הדרגתית. חשוב ללעוס היטב את המזון. מומלץ להימנע משתייה מוגזת.</p> <p>בכל מקרה מומלץ להימנע מצריכת מאכלים אשר עלולים לגרום לעצירות (כגון אורז לבן ובננות)</p>
<p><b>טיפול תרופתי</b></p> <p>על מנת למנוע זיהומים לאחר תיקון הקרע, תקבלי אנטיביוטיקה דרך הווריד ובהמשך דרך הפה.</p> <p>יש להמשיך ליטול אנטיביוטיקה בהתאם להוראות הרופא במידת הצורך גם לאחר השחרור.</p>	<p><b>משככי כאבים</b></p> <p>אל תהססי לפנות לאחיות ולבקש טיפול משכך כאבים! הכאב הינו תופעה צפויה. חשוב שהכאב לא יפריע לך לפנות יציאות. מומלץ להשתמש גם בפד קפוא להפחתת הבצקת ולהקלת הכאב.</p>
<p><b>צנתר שתן</b></p> <p>ייתכן כי לאחר התיקון יושאר צנתר לניקוז השתן וטמפון בנרתיק למשך 24 שעות. הוצאתם תתאפשר רק לאחר בדיקת רופא.</p>	<p><b>ניידות</b></p> <p>ניידות חשובה ביותר לעידוד פעילות המעיים. ירידה ראשונה מהמיטה תתבצע בליווי אחות ולאחר מכן רצוי מאוד שתתהלכי ככל שמאפשרת הרגשתך.</p>
<p><b>הנקה</b></p> <p>מותר ורצוי להניק גם בזמן קבלת האנטיביוטיקה.</p> <p>תנוחות מומלצות להנקה על מנת להקל על הכאב באזור התפרים הינן תנוחה צדדית או בשכיבה על הצד.</p> <p>צוות אחיות המחלקה ישמח להדריך אותך ולסייע.</p> <p>הימנעי מישיבה על 'גלגל' בשל הנטייה שלו להאט זרימת דם לאזור.</p>	<p><b>טיפול בתפרים</b></p> <p>חשוב להקפיד על שטיפת אזור התפרים בסבון ומים פושרים מספר פעמים ביום ובכל פעם כשאת מתפנה.</p> <p><b>ביקורת ומעקב במרפאת פרינאום:</b></p> <p>חשוב לבצע מעקב 4 שבועות לאחר הלידה, על מנת לאמוד את מצב החלמת הקרע, לשקול טיפולים נלווים ולקבל החלטות לגבי לידות עתידיות. קבעי תור למרפאה <b>טרם</b> שחרורך מהמחלקה. בקשי מפקידת המחלקה לתאם עבורך את התור.</p>

**אנו כאן עבורך**  
צוות מחלקת יולדות