

## מטופלת יקרה,

ריכזנו עבורך את ההנחיות החשובות בסיום ביקורך במרפאת פרינאום.  
ההפניות המוזכרות להלן, נמסרו בידיך בעת הביקור.

### 1. הפניה לפיזיותרפיה של רצפת האגן

- עם הפניה זו עליך לפנות לקופ"ח בה את מטופלת.
- על פי הנחיית קופ"ח תקבעי תור במכון עימו הם עובדים.
- חשוב להתחיל בתרגילי פיזיותרפיה **בהקדם**.

### 2. הפניה למכון גסטרואנטרולוגי שערי צדק

- הפניה זו מפנה אותך לשתי בדיקות המתבצעות במרכז הרפואי שערי צדק.
- על מנת לקבוע תורים, עליך לגשת למכון הגסטרואנטרולוגי (קומה 4).
- מומלץ לעשות זאת עם תום ביקורך במרפאה.
- בדיקות אלו תתבצענה בעוד כ- **4-6 חודשים**. חשוב מאוד שבתקופה זו תקפידי על תרגילי פיזיותרפיה, על מנת לחזק את שרירי הסוגרים של פי הטבעת.

### 3. מרפאה משולבת

- לאחר** שקיבלת תאריך לבדיקות במכון הגסטרואנטרולוגי (מספר 2), עליך להתקשר למזכירות ה'מרפאה המשולבת' על מנת לקבוע תור.  
מספר טלפון: 02-6666616
- בהגיעך לביקור במרפאה תשתתפי בדיון בנוכחות צוות רב מקצועי: אורוגינקולוגית, גסטרואנטרולוג, כירורג קולורקטלי ופיזיותרפיסטית של רצפת האגן.  
הנושאים שיידונו הינם: הריונות ולידות עתידיים, על סמך הבדיקות שבצעת ונתונים רפואיים נוספים.

### הנחיות נוספות:

- עליך להימנע מהריון במשך שנה שלמה
- על מנת להקל על קיום יחסים, מומלץ להשתמש בגיל לסיכוך (ללא צורך במרשם)
- אם נמסר לך מרשם לקרם אובסטין (OVESTIN), עליך למרוח את הקרם כפי שהודרכת על ידי הרופא (לרוב ההנחיה היא למריחה פעמיים ביום במשך שבועיים או עד לביקורת הבאה).

נשמח להשיב על כל שאלה  
בטלפון מספר 02-6666860  
בשעות 13:00-15:00  
או על ידי השארת הודעה במזכירות 02-6666660  
בברכת החלמה מהירה  
צוות מרפאת נשים