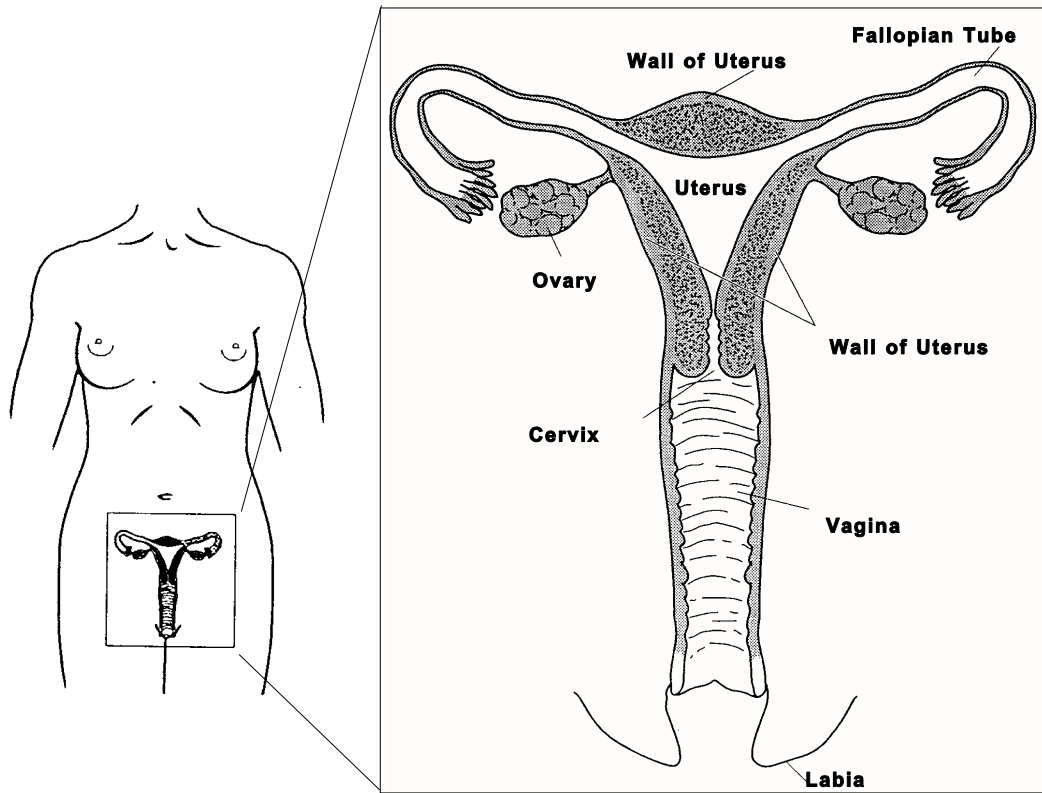


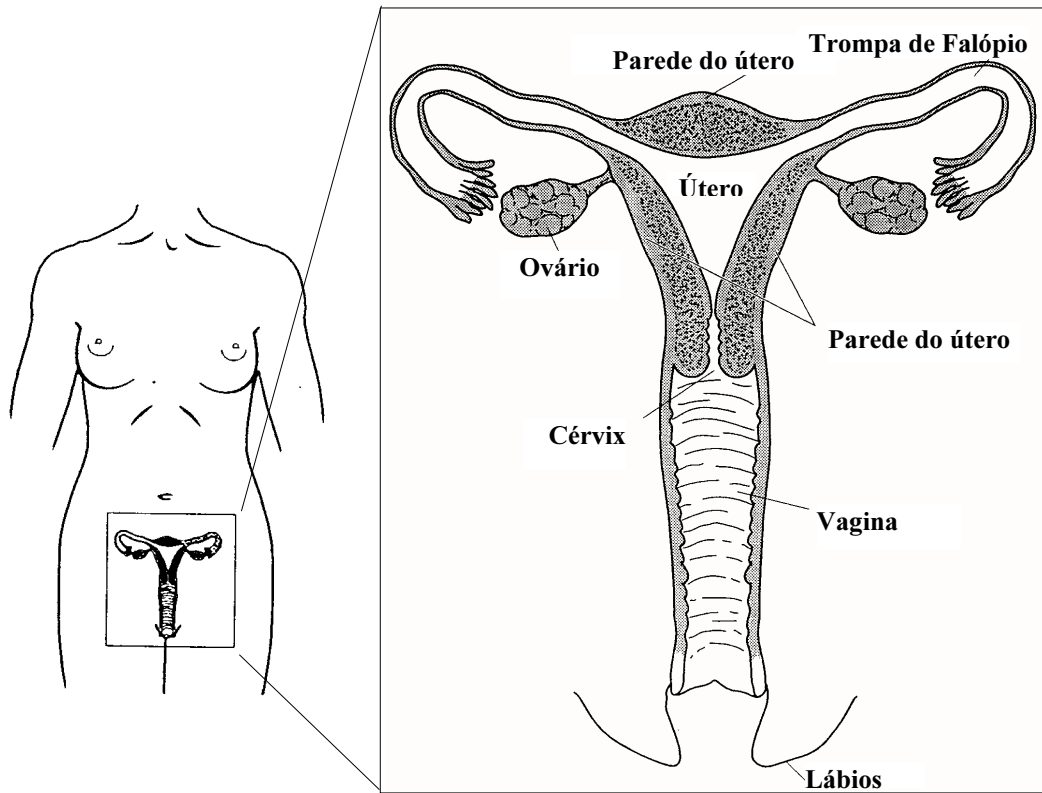
Hysterectomy

A hysterectomy is a surgery to remove a woman's uterus. The uterus is one of the organs of the female reproductive system and is about the size of a closed hand. You can no longer have children after you have your uterus removed and you will no longer have periods (menstruate). If your ovaries are not removed, you will continue to make female hormones.



Histerectomia

A histerectomia é a cirurgia para remover o útero de uma mulher. O útero é um dos órgãos do sistema reprodutor feminino e tem o tamanho aproximado de uma mão fechada. Você não poderá mais ter filhos depois que tiver o útero retirado e não irá menstruar mais. Se os ovários não forem removidos, você ainda continuará a produzir hormônios femininos.



There are different types of hysterectomy surgeries. Ask your doctor what type of surgery you are having and if your cervix, tubes and ovaries are being removed.

- **Vaginal hysterectomy** - the uterus is removed through the vagina. No incision in the abdomen is needed.
- **Abdominal hysterectomy** - the uterus is removed through an incision in the abdomen.
- **Total abdominal hysterectomy** - the uterus with the cervix is removed through the abdomen. The ovaries may or may not be removed.
- **Laparoscopic hysterectomy** – several small incisions are made in the abdomen and the doctor works through these incisions using a camera and small tools to detach the uterus. The uterus is removed through the vagina.

To Prepare

- Your doctor may tell you not to take aspirin or ibuprofen for several days before your surgery. If you take aspirin daily, do not stop taking it without asking your doctor first.
- **Do not** eat or drink anything, including water, after midnight before your surgery.
- Ask your doctor if you should take your medicines the morning of your surgery. If so, take with small sips of water only.
- An adult family member or friend will need to take you home when you leave the hospital. It is not safe for you to drive or leave alone.

Há diversos tipos de cirurgias de histerectomia. Pergunte ao seu médico a qual tipo de cirurgia você será submetida e se a sua cérvix, trompas e ovários serão removidos.

- **Histerectomia vaginal** – O útero é removido através da vagina. Não é necessário fazer uma incisão no abdômen.
- **Histerectomia abdominal** – O útero é removido através de uma incisão no abdômen.
- **Histerectomia abdominal total** – O útero com a cérvix são removidos através do abdômen. Os ovários podem ou não ser removidos.
- **Histerectomia laparoscópica** – Diversas incisões pequenas são feitas no abdômen e o médico trabalha através dessas incisões com o auxílio de uma câmera e de pequenas ferramentas para retirar o útero. O útero é removido através da vagina.

Como se preparar para a cirurgia

- O seu médico poderá lhe pedir para tomar aspirina ou ibuprofeno durante vários dias antes da cirurgia. Se você tomar aspirina diariamente, não pare de tomá-la sem antes perguntar para o médico.
- **Não** coma nem beba nada, inclusive água, depois da meia-noite anterior à cirurgia.
- Pergunte ao seu médico se você deve tomar os medicamentos que costuma tomar na manhã do dia da cirurgia. Se ele disser que sim, tome-os somente com pequenos goles de água.
- Um parente ou amigo adulto deverá levá-la de volta para casa quando você deixar o hospital. Não é seguro dirigir ou sair do hospital sozinha.

During Surgery

- You will wear a hospital gown.
- An IV (intravenous) tube is put in a vein in your arm for giving medicines and fluids.
- You will be taken on a cart to the operating room and then helped onto a table.
- Medicine is given in your IV to keep you asleep and free from pain.
- You will have a catheter that drains urine from your bladder. This tube is often removed the morning after your surgery.
- Another tube may be put in through your nose and is passed down to your stomach to remove fluids so that you will not feel sick to your stomach. This tube is often taken out before you leave the recovery room.
- The surgery area or abdomen is cleaned.
- Your uterus is removed. Your tubes and ovaries may also be removed.
- Any incisions are closed with stitches, staples or special tapes called steri-strips.
- A bandage is put over the incisions.

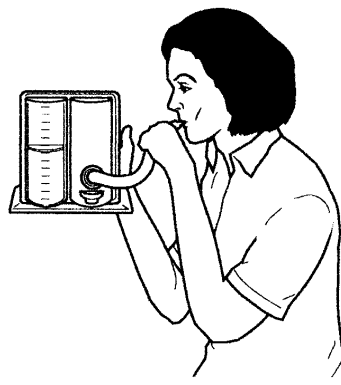
Durante a cirurgia

- Você vestirá uma camisola de paciente.
- Um cateter intravenoso é colocado em uma veia do seu braço para a administração de líquidos e medicamentos.
- Você será levada em uma maca até a sala de cirurgia e em seguida colocada em uma mesa.
- Medicamentos para mantê-la dormindo e sem sentir dor lhe serão administrados através do cateter intravenoso.
- Também haverá um cateter que drenará a urina de sua bexiga. Normalmente o cateter intravenoso é removido na manhã seguinte à cirurgia.
- É possível que um outro tubo seja inserido através de seu nariz e levado até o estômago para a remoção de fluidos. Isto serve para que você não sinta enjôos de estômago. Este tubo normalmente é removido antes que você seja levada ao quarto de recuperação.
- A área onde será feita a incisão ou o abdômen é limpo.
- O útero é retirado. As trompas e os ovários também poderão ser retirados.
- As incisões são fechadas com suturas, grampos ou fitas adesivas especiais chamadas de steri-strips.
- Um curativo é colocado sobre a incisão.

After Surgery

In the Hospital

- You are taken to the recovery room where you are watched closely until you wake up and are doing well.
- Your breathing, blood pressure and pulse are checked often.
- If you are staying at the hospital, you will be taken to your room.
- A pad will be placed between your legs in case you have vaginal bleeding.
- You also may have special stockings on your legs while you are in bed to help prevent blood clots.
- The staff may teach you how to cough, deep breathe and use an incentive spirometer. An incentive spirometer is a device used to help you take deep breaths. These exercises help open the airways of the lungs and prevent pneumonia. If you have abdominal incisions, place a pillow or a folded blanket over your incisions for support when deep breathing or coughing. Do these exercises every 1 to 2 hours while you are awake.



Incentive Spirometer

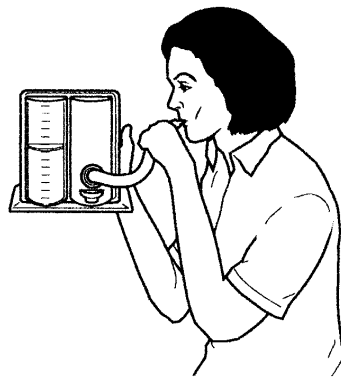


Coughing

Após a cirurgia

No hospital

- Você é levada ao quarto de recuperação onde será monitorada até que acorde e esteja passando bem.
- A sua frequência respiratória, pressão arterial e pulsação são verificadas com frequência.
- Se você ficar no hospital, será levada ao seu quarto.
- Será colocado um absorvente entre as suas pernas para o caso de haver sangramento vaginal.
- Você também poderá estar vestida com meias especiais enquanto estiver na cama para impedir a formação de coágulos sanguíneos.
- Alguém da equipe médica poderá lhe ensinar a tossir, respirar fundo ou usar um espirômetro de incentivo. O espirômetro de incentivo é um dispositivo utilizado para ajudá-la a fazer exercícios de respiração profunda. Esses exercícios ajudam a abrir as vias aéreas dos pulmões e a evitar pneumonia. Se forem feitas incisões abdominais, coloque um travesseiro ou manta dobrada como apoio enquanto estiver respirando profundamente ou tossindo. Faça esses exercícios a cada uma ou duas horas enquanto estiver acordada.



Espirômetro de incentivo



Tossindo

- You will be given medicine to control your pain. Tell your nurse if you have pain.
- The IV is used to give you medicine and fluids until you are able to eat and drink well. You may be given a few ice chips if you are not sick to your stomach.
- You will be given clear liquids at first and then slowly progress to regular foods.
- Your bandage will be removed the day after surgery. Your incision may have:
 - ▶ Stitches that dissolve on their own.
 - ▶ Staples which are often taken out a few days after surgery.
 - ▶ Steri-strips that come off on their own in 7 to 10 days.
- If you have a vaginal hysterectomy, you will not have an incision.
- For your safety, when you leave the hospital, you will need to have an adult family member or friend take you home. You should have someone stay with you for at least the first 24 hours you are home.

At Home

- Take your medicine as directed.
- Schedule a follow-up visit with your doctor. You will need to see your doctor in 4 to 6 weeks.
- Wash your incision gently with soap and water and pat dry. You may take a shower or sponge bath, but do not take tub baths.
- A small amount of vaginal discharge is normal for 2 to 4 weeks after surgery. Change the pad every few hours. Wash the vaginal area with soap and water and pat dry.

- Você tomará medicamentos para combater a dor. Informe à enfermeira se estiver sentindo dor.
- O cateter intravenoso é utilizado para a administração de medicamentos até que você possa voltar a comer e beber normalmente. Você poderá receber algumas lascas de gelo para chupar se estiver sentindo enjôo de estômago.
- No início, você receberá uma dieta de líquidos e gradualmente passará a alimentos sólidos.
- O curativo será removido no dia da cirurgia. A sua incisão pode ter sido fechada com:
 - ▶ Pontos que serão absorvidos pelo corpo.
 - ▶ Grampos que serão removidos alguns dias após a cirurgia.
 - ▶ Steri-strips (fitas adesivas) que sairão sozinhas após 7 a 10 dias.
- Se você tiver sofrido uma histerectomia vaginal, não haverá incisões.
- Para a sua segurança, quando você deixar o hospital, um parente ou amigo adulto a levará para casa. Alguém deverá acompanhá-la nas primeiras 24 horas, pelo menos.

Em casa

- Tome os medicamentos que lhe foram prescritos.
- Marque uma consulta de acompanhamento com o seu médico. Você deverá marcar uma consulta com o seu médico após quatro ou seis semanas.
- Lave a incisão cuidadosamente com água e sabão e seque-a com delicadeza. Você pode tomar banhos de chuveiro, mas não de banheira.
- É normal ocorrer corrimentos vaginais durante as primeiras duas a quatro semanas após a cirurgia. Troque o absorvente regularmente (intervalos de algumas horas). Lave a área da vagina com água e sabão e seque-a gentilmente.

- **Do not** put anything in your vagina until your doctor checks you.
 - ▶ **Do not** douche.
 - ▶ **Do not** have sexual intercourse.
 - ▶ **Do not** use tampons.

Activity Limits

- **Limit** your activities for 4-6 weeks.
- **Do not** lift over 10 pounds for at least 2 weeks.
- You may do light housework such as washing dishes and cooking.
- **Do not** do strenuous activities, such as vacuuming or exercising for at least 2 weeks.
- **Do not** drive for 2 weeks, but you can ride in a car for short trips.
- Go up and down stairs slowly, one step at a time.
- Take walks. Starting with short distances. Slowly increase how long and fast you walk.

Other Issues

- If your ovaries are taken out, you may have signs of menopause such as hot flashes, vaginal dryness or mood changes.
- It is common to have many feelings after surgery. You may feel sad, fearful, nervous or angry. Share these feelings with your loved ones and friends to help you cope as you recover. If the sadness does not go away after a few weeks, talk to your doctor.
- Your looks will not change after this surgery. There are no physical changes except that you may have a scar from your incision.
- Your surgery should not affect your ability to have sex or the way you or your partner feel while having sex. Ask your doctor when you may resume sexual activity and discuss any concerns you may have about sex.

- **Não** coloque nada na sua vagina antes que o médico a examine.
 - ▶ **Não** a lave com ducha vaginal.
 - ▶ **Não** tenha relações sexuais.
 - ▶ **Não** use tampões.

Limitação de atividades

- **Limite** as suas atividades por um período de quatro a seis semanas.
- **Não** levante pesos acima de 4,5 quilos (10 libras) nas primeiras duas semanas.
- Você poderá executar tarefas domésticas leves, como lavar louça e cozinhar.
- **Não** faça atividades intensas, como ginástica e passar o aspirador de pó durante pelo menos duas semanas.
- **Não** dirija nas primeiras duas semanas, mas pode andar de carro em trajetos curtos.
- Para subir e descer escadas, faça-o lentamente, um degrau por vez.
- Caminhe. Comece com distâncias curtas. Aumente a distância e o ritmo das caminhadas gradualmente.

Outros tópicos

- Se os seus ovários tiverem sido removidos, você poderá ter sintomas de menopausa, como calores abruptos, secura vaginal ou alterações de humor.
- É comum ter diversos tipos de sentimentos após a cirurgia. Você poderá se sentir triste, amedrontada, nervosa ou raivosa. Compartilhe esses sentimentos com amigos e parentes mais próximos para que eles possam lhe ajudar a passar pela fase de recuperação. Se a tristeza não passar após algumas semanas, fale com o seu médico.
- A sua aparência não mudará após esse tipo de cirurgia. A única alteração física será uma cicatriz no local da incisão.
- A cirurgia não altera a sua capacidade de ter relações sexuais nem a sensação do seu parceiro durante o ato sexual. Pergunte ao seu médico quando poderá retomar a atividade sexual e converse com ele sobre quaisquer preocupações relacionadas ao sexo.

Hysterectomy. Portuguese

Call your doctor **right away** if you have:

- Shaking, chills or a temperature over 101 degrees F
- An incision that is swollen, red, has drainage or comes apart
- Bleeding from your incisions
- Pain, warmth or tenderness in your legs
- Heavy vaginal bleeding, soaking 2 to 3 pads in one hour
- Vaginal drainage with an odor
- Trouble urinating
- Burning when you urinate or feel a need to urinate often
- Skin that is itchy, swollen or has a rash
- Severe mood swings or feel depressed

Call 911 right away if you have trouble breathing all of a sudden or have chest pain.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

Ligue **imediatamente** para o seu médico no caso de:

- Tremores, calafrios ou temperatura acima de 38 °C (101 °F).
- A incisão apresentar inchaço, vermelhidão, secreções ou abrir.
- Sangramento na incisão.
- Suas pernas ficarem quentes, sensíveis ou doloridas.
- Sangramento vaginal intenso (enxarcar 2 ou 3 absorventes em uma hora).
- Secreções vaginais com odor.
- Problemas para urinar.
- Ardência para urinar ou necessidade de urinar com muita frequência.
- Coceira, inchaço ou erupções na pele.
- Alterações drásticas de humor ou depressão.

Ligue para a emergência imediatamente se aparecerem subitamente problemas para respirar ou dores no peito.

Fale com o seu médico ou enfermeiro para sanar quaisquer dúvidas ou preocupações.

2/2008. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.org.

Hysterectomy. Portuguese