



PROJETO
KAVANAH



HISTERECTOMIA

g u i a d o p a c i e n t e

Uma histerectomia é uma operação para remover o útero (matriz). Fazer uma histerectomia pode ajudar a tratar ou curar várias condições, incluindo períodos menstruais intensos, miomas e alguns tipos de câncer.

Aqui, examinamos como e por que é feito, e quais podem ser os riscos. Você pode usar as informações neste folheto para conversar com seu médico sobre esta operação e as melhores opções para você.

O QUE É UMA HISTERECTOMIA?

Uma histerectomia é uma operação para remover algumas ou todas as partes internas do sistema reprodutor feminino.

Existem vários tipos de histerectomia:

- Com uma histerectomia total, seu útero é removido, assim como seu colo do útero. O colo do útero é a parte inferior do útero. Ele fica entre o útero e a vagina.
- Com uma histerectomia subtotal, apenas o útero é removido.

Algumas mulheres têm outros tecidos e órgãos removidos durante uma histerectomia, dependendo de suas necessidades médicas. Por exemplo, algumas mulheres precisam remover os ovários e as trompas de Falópio, junto com outros tecidos próximos.

Esses outros tecidos são frequentemente removidos se você estiver fazendo uma histerectomia para tratar o câncer. Mas seu médico pode sugerir a remoção deles mesmo se você não tiver câncer. Isso pode ajudar a prevenir o câncer e cistos de se desenvolverem no futuro.



PORQUE EU PODERIA PRECISAR DE UMA HISTERECTOMIA?

Uma histerectomia pode ser usada para tratar várias condições, incluindo:

PERÍODOS MENSTRUAIS INTENSOS

Após uma histerectomia, você não terá mais períodos menstruais. Portanto, você não terá mais nenhum sintoma relacionado a períodos menstruais intensos, como cólicas, dor nas costas e inchaço.

MIOMAS (CAROÇOS/NÓDULOS NO ÚTERO)

Se você tiver miomas, estes serão removidos durante uma histerectomia. Você não terá mais nenhum dos problemas que os miomas podem causar (como dor ou períodos menstruais intensos), e os miomas não voltarão.

CÂNCER

Vários tipos de câncer, incluindo câncer de endométrio (câncer do revestimento interno do útero) e câncer cervical (de colo do útero) podem ser tratados com uma histerectomia. Se o câncer estiver em estágio inicial, este tratamento frequentemente pode curá-lo completamente.

ENDOMETRIOSE

Isso acontece quando células do revestimento interno do útero (o endométrio) crescem fora dessa localização, por exemplo, nos seus ovários, intestino, trompas ou sua bexiga. Se outros tratamentos não funcionaram, seu médico pode sugerir uma histerectomia.

DOENÇA INFLAMATÓRIA PÉLVICA (DIP)

pode causar dor intensa na parte inferior do abdômen. Se essa dor não melhorar com outro tratamento, pode ser tratada com uma histerectomia.



PROLAPSO UTERINO

Isso acontece quando os músculos e outros tecidos que sustentam o útero no interior do abdome (seu 'assoalho pélvico') ficam mais fracos e não conseguem manter o útero no lugar certo. Isso pode fazer com que o útero se projete para a vagina.

HEMORRAGIA PÓS PARTO

Raramente, uma histerectomia de emergência é necessária. Isso acontece quando uma mulher tem sangramento grave após o parto. A histerectomia é feita como último recurso para interromper o sangramento e salvar a vida da mãe.



COMO SERÁ REALIZADA A HISTERECTOMIA?

Uma histerectomia pode ser realizada de várias maneiras.

HISTERECTOMIA ABDOMINAL

Tempo: cerca de 2 horas (dependendo dos fatores que podem dificultar o acesso ao abdome, como: tamanho do útero, IMC da paciente e do número de cirurgias abdominais prévias)

Anestesia: Geral (você dorme durante a cirurgia) + raquianestesia (anestesia nas costas)

Procedimento: Esta operação é feita sob anestesia geral associada a raquianestesia (anestesia nas costas). Isso significa que você não estará acordada enquanto a operação estiver sendo realizada. O cirurgião faz um corte horizontal, baixo no seu abdômen, logo acima dos pelos pubianos. Se seu útero for muito grande, ou se você tiver um mioma grande, o cirurgião pode fazer um corte vertical.

HISTERECTOMIA LAPAROSCÓPICA

Tempo: cerca de 2 horas (dependendo das dificuldades encontradas)

Anestesia: Geral (você dorme) durante a cirurgia

Procedimento: Trata-se de uma cirurgia conhecida como minimamente invasiva. O cirurgião faz pequenos “furinhos” no abdômen. O maior deles mede 1cm, localizado na cicatriz umbilical, onde será introduzida uma câmera, e mais 3 cortes de 5mm na parte inferior do abdome, onde entrarão as pinças cirúrgicas. Seu útero e qualquer outro tecido que precise ser removido podem ser retirados através de outras pequenas incisões no abdômen, ou através da vagina, que costuma ser a opção escolhida.

HISTERECTOMIA VAGINAL

Tempo: mais longa

Anestesia: geralmente raquianestesia (anestesia nas costas), com ou sem sedação (dormindo ou acordada)

Procedimento: O cirurgião não faz cortes no abdome, a cirurgia é feita toda por via vaginal, mesma via por onde o útero é retirado. Esta técnica é mais indicada para pacientes que não possuam cirurgias abdominais prévias (como cesariana, por exemplo), que tenham úteros pequenos e que tenham prolapso uterino. Dessa forma, é uma via com indicação mais restrita.

QUAIS SÃO OS RISCOS?

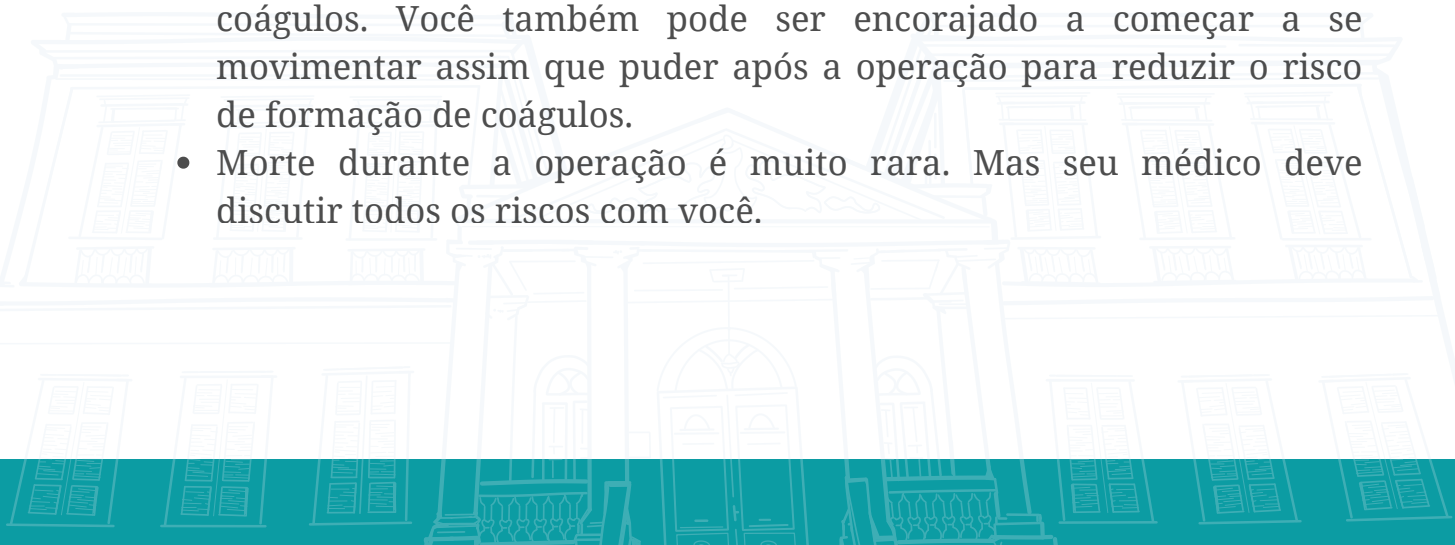
Assim como qualquer operação, fazer uma histerectomia envolve alguns riscos. Alguns desses são problemas menores, enquanto outros são mais graves.

PROBLEMAS MENORES QUE PODEM ACONTECER INCLUEM:

- Problemas com anestésicos. Os anestésicos podem causar náuseas. E algumas pessoas têm alergia a eles. Mas você será cuidadosamente monitorado quanto a problemas.
- Sangramento excessivamente intenso durante a operação. Isso é mais comum com a histerectomia abdominal.
- Infecção. Se isso acontecer, você precisará de tratamento com antibióticos.
- Hematoma. Isso pode parecer preocupante, mas não é grave e desaparecerá após algum tempo.

PROBLEMAS MAIS GRAVES SÃO RAROS, MAS PODEM ACONTECER. ELES INCLUEM:

- Lesão no intestino ou na bexiga durante a operação. Se isso acontecer, você pode precisar de outra operação para reparar o dano.
- Necessidade de mudança de via cirúrgica. Por exemplo, a cirurgia foi iniciada por via vaginal ou laparoscópica e deve ser convertida para cirurgia abdominal. Isso pode ocorrer devido a alguma intercorrência ou dificuldade durante o procedimento.
- Formação de coágulos sanguíneos em suas veias (trombose). Você pode receber meias de compressão especiais para usar após a sua operação para melhorar o fluxo sanguíneo e ajudar a prevenir coágulos. Você também pode ser encorajado a começar a se movimentar assim que puder após a operação para reduzir o risco de formação de coágulos.
- Morte durante a operação é muito rara. Mas seu médico deve discutir todos os riscos com você.



SOBRE A CIRURGIA

ALGUNS PROBLEMAS ACONTECEM ALGUM TEMPO DEPOIS DA OPERAÇÃO. ELES INCLUEM:

- Sintomas da menopausa. Isso frequentemente acontece com mulheres que têm seus ovários removidos junto com o útero. Os sintomas incluem vagina seca e ondas de calor. Algumas mulheres decidem fazer terapia de reposição hormonal (TRH) se isso acontecer.
- Prolapso vaginal. Isso significa que a vagina não pode mais ser suportada pelos músculos ao redor dela. Se isso acontecer, você pode precisar de outra operação para corrigi-lo, mas é algo bastante raro, geralmente a paciente já possuía algum grau de prolapso antes da histerectomia.



O QUE POSSO ESPERAR DEPOIS DA CIRURGIA?

RECUPERAÇÃO NO HOSPITAL

Você pode se sentir cansada e dolorida após a operação. Você receberá analgésicos, provavelmente através de um gotejamento intravenoso (IV) na sua mão. Independentemente do tipo de operação que você tenha tido, você eventualmente também pode precisar de:

- Um cateter colocado na bexiga para remover urina (sonda vesical),
- Um tubo para remover qualquer fluido do seu abdômen (dreno abdominal)

A sonda é retirada após 6 horas do término na cirurgia, caso ocorra tudo bem. O dreno abdominal pode ser que permaneça por alguns dias, mas ele só é colocado em caso de lesões intestinais. Você será encorajada a levantar e se mover mesmo com esses dispositivos.

Você pode ter um pouco de secreção aquosa e manchada de sangue da sua vagina por alguns dias após a operação. Isso vai se resolver gradualmente.

RECUPERAÇÃO EM CASA

Quando você pode ir para casa depende de várias coisas, incluindo:

- O tipo de operação que você teve;
- Sua saúde geral;
- Sua idade.

Se você teve uma histerectomia abdominal, você precisará se recuperar no hospital por cerca de 1 ou 2 dias, no máximo. Com os outros tipos de operação, você geralmente pode ir para casa no mesmo dia, se a cirurgia foi de manhã, ou no dia seguinte (em menos de 24 horas).

Uma vez em casa, é importante descansar por alguns dias. Mas você deve tentar fazer uma caminhada leve todos os dias. Não levante nada muito pesado (nada mais pesado do que uma chaleira cheia) nas primeiras 4 semanas, pois seu corpo precisa de tempo para cicatrizar.

SOBRE A CIRURGIA

Você pode se sentir triste ou chorosa por alguns dias após a operação e seu humor pode mudar. Isso é normal. Seu corpo passou por muito estresse e esses sentimentos são naturais.

Se você estiver com dor, paracetamol ou ibuprofeno podem ajudar. Se esses medicamentos não estiverem ajudando, fale com seu médico. Controlar sua dor ajudará na sua recuperação.

Você pode precisar de alguns meses para se recuperar e voltar ao normal. Mas se você teve uma histerectomia vaginal ou laparoscópica, sua recuperação deve ser mais rápida, cerca de 2 a 4 semanas.

Sua equipe de saúde deve fornecer informações sobre a recuperação e o retorno ao exercício. Quando você pode voltar ao trabalho depende do tipo de trabalho que você faz e de como se sente. E levará entre algumas semanas e alguns meses antes de você poder voltar a dirigir, conforme orientação médica.

RECUPERAÇÃO A LONGO PRAZO

A forma como as mulheres se sentem consigo mesmas, seus corpos e seu bem-estar após uma histerectomia varia muito.

Não costuma haver alteração da função sexual e libido quando não se retiram os ovários.

Em algumas situações, ter uma histerectomia pode ajudar as mulheres a se sentirem melhor consigo mesmas. Por exemplo, se você sentir menos dor e desconforto, pode se sentir mais capaz de desfrutar das atividades normais da vida, como o trabalho e a atividade física. E também pode ajudar a melhorar os sintomas relacionados de depressão e ansiedade. Isso, por sua vez, pode ajudar a melhorar seu prazer em outras áreas da sua vida, por exemplo, socializar ou ter relacionamentos sexuais.

Você pode achar útil conversar com sua parceria, com amigos ou familiares, sobre como você se sente após sua operação. O apoio emocional pode ser útil para ajudá-la a se recuperar e, esperamos, a se sentir melhor.

SOBRE A CIRURGIA

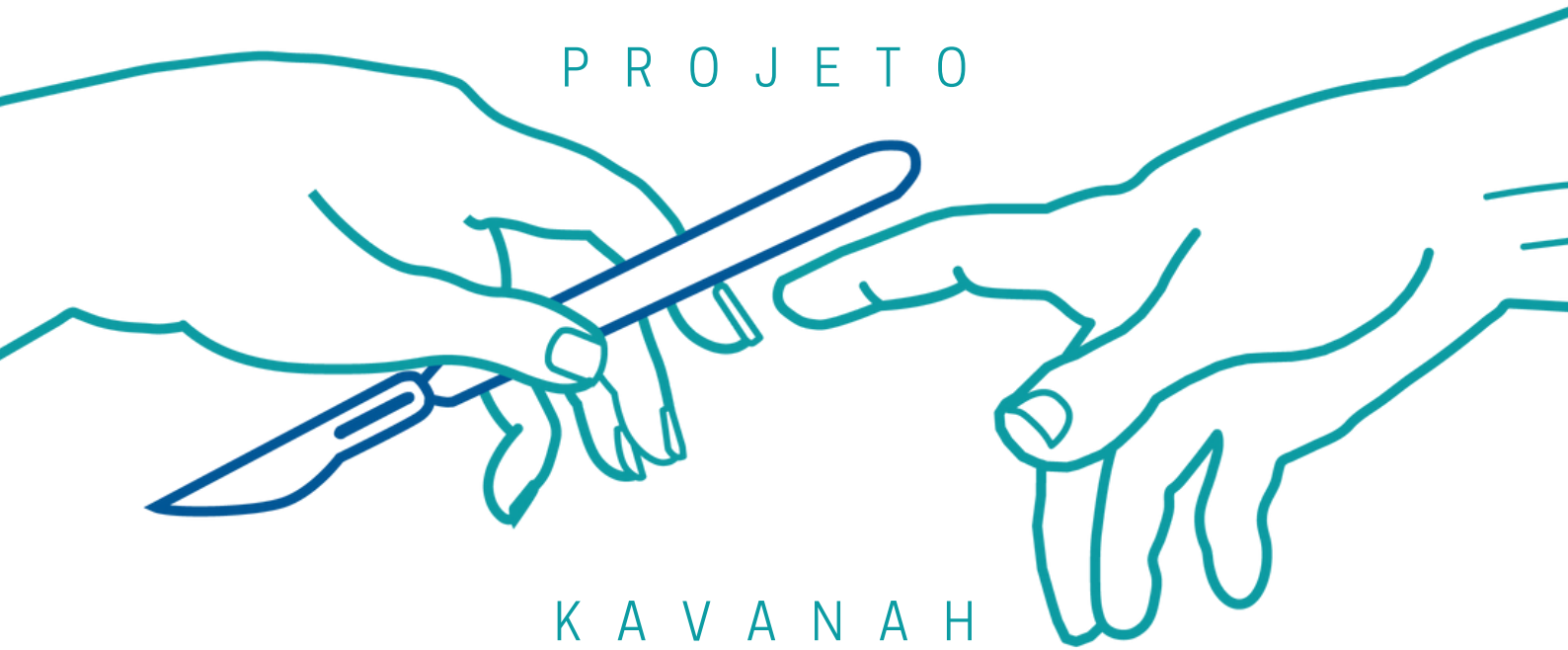
Importante ressaltar: é preciso 60 dias de abstinência sexual, pois haverá pontos no fundo da vagina, por onde seu útero foi retirado. Não ter relação sexual é essencial para a cicatrização adequada e para evitar complicações como sangramento e infecções.

Se o sexo for desconfortável, pode ser porque sua vagina está seca. Isso é mais provável de acontecer se seus ovários foram removidos durante sua histerectomia. Você pode usar um lubrificante vaginal, que você pode comprar em uma farmácia. Ou você pode querer conversar com seu médico sobre terapia de reposição hormonal (TRH).

Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

O Projeto Kavanah não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

P R O J E T O



K A V A N A H