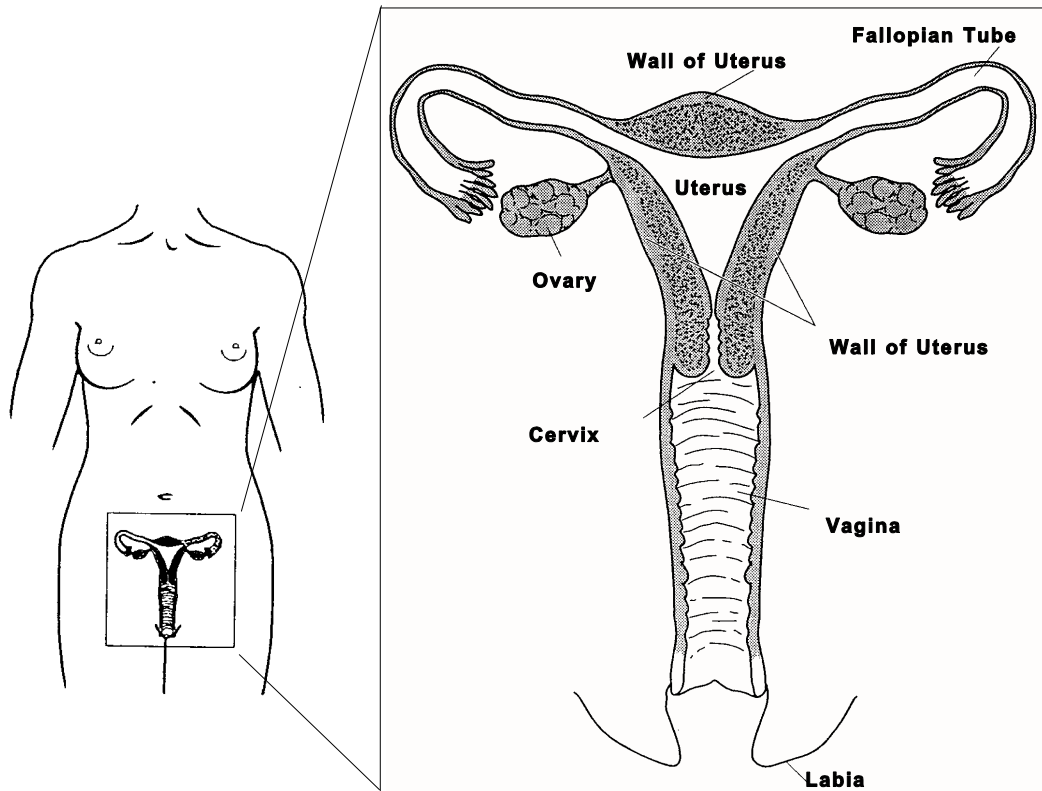


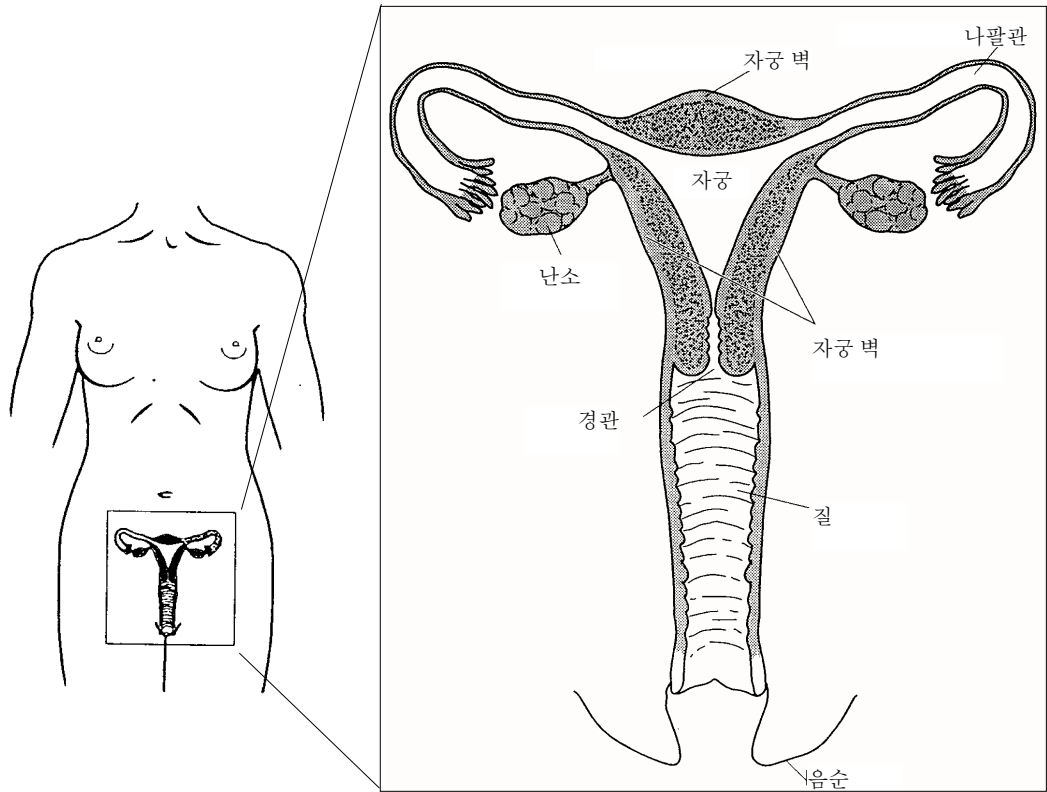
Hysterectomy

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.



자궁 절제술

자궁 절제술이란 여성의 자궁을 제거하는 수술입니다. 자궁은 여성 생식 계통의 장기들 중 하나로서 주먹만한 크기입니다. 자궁을 들어내면 더 이상 임신을 할 수 없게 되고 또한 월경도 더 이상 하지 않게 됩니다. 난소를 제거하지 않는 한 여성은 계속 여성 호르몬을 분비하게 됩니다.



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.

자궁 절제 수술에는 크게 두 가지 종류가 있습니다. 어떤 종류의 수술을 받게 되는지 그리고 자궁 경관, 나팔관, 또는 난소들도 제거되는지도 의사에게 물어보십시오.

- **질식 자궁 절제술** - 자궁을 질을 통하여 제거하는 방법. 복부를 절개할 필요가 없다.
- **복식 자궁 절제술** - 자궁을 복부 절개를 통하여 제거하는 방법.
- **전복식 자궁 절제술** - 경관을 포함한 자궁을 복부 절개를 통하여 제거하는 방법. 난소들은 제거될 수도 있고 안될 수도 있다.
- **복강경 자궁 절제술** - 복부에 작은 절개를 여러 개 한 후 의사가 카메라와 소형 툴을 이용하여 이 절개들을 통해 자궁을 제거하는 방법. 제거된 자궁은 질을 통하여 제거된다.

수술 준비

- 수술 전에 몇 일 동안 아스피린이나 이부프로펜을 복용하지 말라고 의사가 지시할 것입니다. 매일 아스피린을 복용해 왔으면 우선 의사에 물어보고 복용을 중단하십시오.
- 수술 전 자정 이후에는 물을 포함하여 아무 것도 먹거나 마시지 **마십시오.**
- 수술 받는 날 아침에 평소 복용하는 약들을 먹어야 하는지 의사에게 물어보십시오. 괜찮다고 하면 물을 약간만 들어 약을 삼키십시오.
- 퇴원할 때는 가족이나 친구가 환자를 집으로 데리고 가야 합니다. 환자 혼자서 운전하는 것은 안전하지 않습니다.

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.

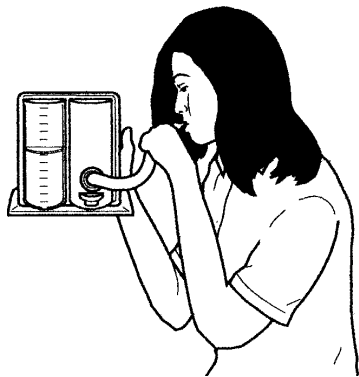
수술 중

- 병원 가운을 입습니다.
- 약과 액을 혈관을 통하여 주입하기 위하여 IV(정맥)를 팔에 부착합니다.
- 카트에 들어누워 수술실로 옮겨진 다음 수술대에 옮겨질 것입니다.
- 수술 중 계속 수면을 취하고 통증을 느끼지 않도록 하기 위하여 IV로 약을 투여할 것입니다.
- 소변을 방광에서 뽑아내기 위하여 카테테르를 주입할 것입니다. 이 튜브는 수술 후 그 다음날 아침에 보통 제거됩니다.
- 위액을 미리 제거하여 복통을 예방하기 위하여 또 다른 튜브를 코를 통하여 위장으로 삽입할 수 있습니다. 이 튜브는 회복실을 나오기 전에 보통 제거됩니다.
- 수술 부위 또는 복부를 깨끗이 합니다.
- 자궁이 제거됩니다. 나팔관과 난소들도 함께 제거될 수 있습니다.
- 절개한 부분은 스티치, 스테이플 또는 스테리 스트립(steri-strip)이라고 부르는 특수 테이프를 이용하여 봉합합니다.
- 절개 부위에 반창고를 부칩니다.

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

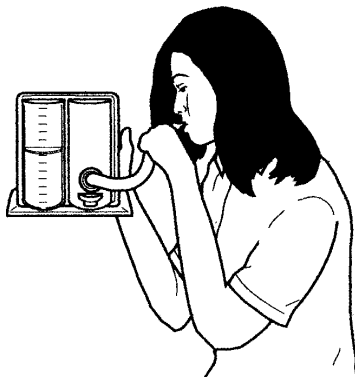


Coughing

수술 후

병원에서

- 환자는 수술 후 회복실로 옮겨져 마취에서 깨어날 때까지 관찰될 것입니다.
- 호흡과 혈압 그리고 심장박동을 자주 짚 것입니다.
- 병원에 머물러야 하면, 병실로 다시 옮겨질 것입니다.
- 질 출혈을 대비하여 다리 사이에 패드를 부착할 것입니다.
- 혈액 응고를 예방하기 위하여 두 다리에 특수 스타킹을 착용할 수도 있습니다.
- 기침운동과 심호흡 하는 방법 그리고 유발성 폐활량계 사용법을 가르쳐 드릴 것입니다. 유발성 폐활량계는 심호흡을 하는데 도움을 주는 보조 장치입니다. 이러한 운동들은 폐의 기도가 막히지 않도록 도와주고 폐렴을 예방합니다. 복부 절개를 했을 경우, 절개 부위에 베개나 담요를 접어 받쳐주면 심호흡이나 기침할 때 도움이 됩니다. 이 운동을 깨어있을 때 매 1 시간이나 2 시간마다 하십시오.



유발성 폐활량계



기침

- 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.

- 진통제를 줄 것입니다. 통증이 있으면 간호사에게 말하십시오.
- 환자가 음식을 먹고 마실 때까지 약이나 액은 IV를 통하여 투여될 것입니다. 배가 메스거리지 않으면 얼음 조각들을 줄 것입니다.
- 식사 대신 처음에는 맑은 국물을 먹다가 차츰 보통 음식으로 바뀔 것입니다.
- 수술 후에 반창고를 제거할 것입니다. 절개 부위에는:
 - ▶ 저절로 녹아 없어지는 스티치
 - ▶ 수술 후 몇 일 후에 제거하는 스테이플
 - ▶ 7 일이나 10 일 후면 저절로 떨어지는 스테리 스트립
- 질식 자궁 절제술을 받았다면 절개를 하지 않습니다.
- 환자의 안전을 위하여 퇴원할 때 가족이나 친구가 환자를 집으로 데리고 가야 합니다. 수술 후 최소 24 시간은 집에서 누가 보살펴 줘야 합니다.

집에서

- 약을 지시대로 복용하십시오.
- 의사와 후속 방문 예약을 하십시오. 4 주에서 6 주 후에 의사를 봐야 합니다.
- 절개 부위를 비누와 물로 조심스럽게 닦고 수건으로 물기를 짰어 말리십시오. 샤워나 스폰지 목욕은 해도 되지만 욕조 목욕은 삼가하십시오.
- 수술 후 2-4 주 동안은 약간의 질 출혈이 있습니다. 몇 시간마다 패드를 교환하십시오. 질 부위를 비누와 물로 조심스럽게 닦고 수건으로 물기를 짰어 말리십시오.

- **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.

- 의사가 검사할 때까지는 질 안에 아무 것도 넣지 마십시오.
 - ▶ 질세척을 **하지** 마십시오.
 - ▶ 성교를 **금지**하십시오.
 - ▶ 탐폰을 **사용하지** 마십시오.

활동 제한

- 퇴원 후 4-6 주 간은 활동을 **제한**하십시오.
- 수술 후 최소 2 주간은 4.5 킬로(10 파운드) 이상되는 물건을 들지 **마십시오**.
- 접시 닦이나 요리 정도의 활동은 해도 됩니다.
- 수술 후 최소 2 주 동안은 진공 청소기나 운동 등 육체적으로 힘든 활동은 **금지**하십시오.
- 수술 후 2 주 동안은 자동차를 운전하지 **마십시오**. 단, 짧은 거리는 자동차를 타도 괜찮습니다.
- 층계를 천천히 한 개씩 올라갔다 내려갔다 하십시오.
- 걸으십시오. 짧은 거리부터 시작하여. 천천히 거리와 속도를 늘리십시오.

그밖에 다른 문제들

- 난소들을 제거했으면, 안면 홍조, 질 건조, 또는 감정 변화등과 같은 폐경기 증상을 경험할 수도 있습니다.
- 수술 후에 흔히 많은 감정의 변화를 경험합니다. 슬프거나, 불안하거나, 화가 나기 쉽습니다. 이러한 감정들을 사랑하는 사람이나 친구들과 나누면서 극복하십시오. 몇 주가 지난 후에도 슬픈 감정이 사라지지 않으면 의사와 상담하십시오.
- 수술 후에 모습이 변하지 않을 것입니다. 수술을 받았다고 해서 걸 모습에 변화가 생기는 것은 아닙니다. 단지 수술 상처만 있을 뿐입니다.
- 이 수술은 성생활 할 때 본인이나 상대방에게 어떠한 지장도 가져오지 않습니다. 언제 성생활을 다시 시작해도 좋은지 그리고 성생활에 대하여 염려되는 점이 있으면 의사에게 물어보십시오.

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.

다음과 같은 경우 의사에게 **즉시** 연락하십시오:

- 38°C (101°F) 이상의 온도
- 절개 부위가 부었거나, 빨갱거나, 액이 나오거나 가장자리가 벌어진다
- 절개 부위에서 출혈
- 다리에 통증이 있거나, 뜨겁거나, 누르면 아프다
- 질 출혈이 심하여 한 시간에 패드가 2-3 개를 적신다
- 질분비물에서 악취가 난다
- 소변 보는데 문제
- 소변볼 때 화끈거리는 통증 또는 소변이 자주 마렵다
- 피부가 가렵고, 부었거나 발진이 생겼다
- 감정 변화 기폭이 심하고 우울하다

갑자기 숨쉬기가 힘들거나 가슴에 통증이 있으면 **즉시 911** 으로 **전화**하십시오.

질문이나 문제가 있으면 의사나 간호사와 상담하십시오.

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. Korean