

Sau khi vá màng trinh cần kiêng gì và nên ăn gì để nhanh hồi phục?

Ngày càng được phái đẹp ưa chuộng vì an toàn hiệu quả lại có giá thành hợp lí. Thời gian hồi phục hoàn toàn sau khi vá màng trinh không lâu nếu bạn bạn nữ có chế độ sinh hoạt, ăn uống hợp lí. Vậy kiêng gì sau khi vá màng trinh, chế độ dinh dưỡng như thế nào sẽ cho hồi phục nhanh chóng hơn? Cùng tìm hiểu ngay sau đây nhé!



Xem thêm: [Vá màng trinh bao nhiêu tiền? Địa chỉ vá màng trinh ở đâu uy tín?](#)

Vá màng trinh là gì?

Vá màng trinh giữ được bao lâu là thủ thuật là một thủ thuật ngoại khoa giúp làm theo lành lớp da niêm mạc trong vùng kín bằng giải pháp bằng giải pháp can thiệp bằng dụng cụ y tế. Giai đoạn tiểu phẫu này khá an toàn, ít xâm lấn và không gây hại tới tính mệnh sinh sản của phái đẹp.

Tuy nhiên, phụ nữ có bầu và mắc các bệnh tình dục không thể vá màng trinh được. Những phương pháp thẩm mỹ sản phụ khoa chỉ áp dụng khi đã chữa trị khỏi bệnh. Đối tượng thực hiện thủ thuật cũng

đừng nên nhiễm bệnh viêm nhiễm lộ tuyến cổ tử cung, u xơ tử cung. Cần tránh thuốc kháng sinh, ngưng hút thuốc và giao hợp trước khi làm theo thủ thuật.

Quy trình vá màng trinh tại Đa khoa Thái Hà

Trước khi nghiên cứu kiêng gì sau khi vá màng trinh, phải đọc cẩn tìm hiểu về quy trình vá màng trinh nhé.

Khi vá màng trinh, bạn gái có thể lựa chọn theo các gói luôn, thẩm mỹ hoặc combo. Vá màng trinh là một tiểu phẫu đơn giản, dù cho bạn lựa chọn giải pháp nào, quy trình vá màng trinh đều được thực hành theo những bước cơ bản gồm:

- Bước 1: xét nghiệm xét nghiệm tính mệnh phụ khoa
- Bước 2: thực hiện vệ sinh, sát khuẩn vùng kín, vùng kín
- Bước 3: Gây tê cục bộ
- Bước 4: làm theo vá màng trinh theo giải pháp đã chọn
- Bước 5: Kết thúc phẫu thuật, đối tượng nghỉ ngơi hồi sức
- Bước 6: Nhận đơn thuốc và được bác sĩ hướng dẫn giải pháp giúp đỡ tại nhà

Vậy sau khi vá màng trinh nên kiêng gì? Bởi có vị trí rất gần so với cửa âm đạo (rơi vào khoảng 2cm tính từ đường miệng âm đạo hất vào trong), Cho nên, chỉ khi mà con gái chăm sóc âm hộ cẩn thận để phòng ngừa nguy cơ nhiễm trùng âm hộ, tăng tác dụng tốt dưới khi làm thủ thuật để tránh các biến chứng nguy hiểm cho tính mạng.

Việc kiêng cử hợp lý không phải là điều gì quá khó khăn, ngược lại còn mang đến nhiều kết quả vượt xa mong đợi nhằm giúp duy trì chức năng sinh sản, sinh lý cho đàn bà ổn định. Sau đây là danh sách các hoạt động mà bạn nữ cần phải hạn chế hay không thực hành để phòng tránh những tình huống nguy hại cho sức khỏe.

- Bạn gái nên kiêng chuyện “chăn gối” ít nhất một tháng dưới khi vá màng trinh để đảm bảo vết vá được liền lại, điều này còn có tác dụng đảm bảo duy trì cảm thấy giống thật trong lần đầu quan hệ tình dục dưới khi vá, khiến cho cả 2 cuốn hút nhau hơn
- Không được ngồi xổm, bước sai chân rộng, nếu có lên xuống xe máy thì cần đảm bảo nhẹ nhàng, hạn chế leo cầu thang quá rất nhiều lần trong thời gian đầu dưới vá màng trinh.
- Kiêng gì dưới vá màng trinh? Hầu hết các đối tượng làm theo vá màng trinh sẽ được chỉ định về nhà ngay trong ngày dưới khi đã làm theo tiểu phẫu, tuy nhiên, nữ giới vẫn cần thiết cân đối lại thời gian nghỉ ngơi hoặc lao động để tránh ảnh hưởng đến màng trinh để nhanh chóng hồi phục.

- Không mạnh hay thực hiện các bài tập thể dục vận động ảnh hưởng đến “cô bé” như cưỡi ngựa, bơi lội, nhảy xa, đi xe đạp... Điều này có thể gián tiếp tạo ra rách màng trinh và gây khó khăn trong sinh hoạt về dưới.
- Chú ý vệ sinh bộ phận sinh dục kỹ lưỡng nhưng đừng nên thụt rửa quá sâu mà có thể gây tổn thương vùng kín.
- Mặc đồ rộng rãi, thoáng mát, không nên mặc đồ chật chội, nhất là là đồ lót.
- Kiêng dùng những món ăn như các đồ ăn cay nóng, đồ hải sản, đồ ăn được chế biến sẵn,...sẽ gây kích ứng da âm đạo, tổn thương vị trí vừa được vá lại và tăng dịch vùng kín dẫn tới làm theo trễ giai đoạn bình phục về dưới.

Kiêng gì sau khi vá màng trinh cần phải được làm ưu tiên lớn nhất. Chị em phụ nữ cần phải duy trì những thói quen Trên đây trong khoảng 3 – 4 tuần sau khi vá màng trinh để đảm bảo toàn bộ màng trinh đã lành hẳn lại, không có thương tổn tiềm ẩn để mang tới kết quả hồi phục tính mệnh tốt nhất, tránh những hậu quả về lâu dài.

Cần ăn gì sau khi vá màng trinh để nhanh hồi phục?

Nhoài vướng mắc kiêng gì sau khi vá màng trinh, các phụ nữ còn bận tâm cần ăn gì để nhanh hồi phục, gia tăng tính mệnh. Sau đây là những thực phẩm mà các bác sĩ Đa khoa Gia Phước khuyến khích:

Trái cây, rau xanh

Trái cây và rau xanh chứa nhiều lần vitamin và khoáng chất, đây là những dưỡng chất không thể thiếu đối với đối tượng mới làm theo tiểu phẫu. Ăn rất nhiều lần trái cây, rau xanh chứa nhiều vitamin A, C, canxi, sắt, kẽm,... giúp cơ thể nhanh hồi phục và tăng sức đề kháng.

Thịt nạc

Thực phẩm chứa nhiều lần protein như thịt nạc cho sữa điều trị các mô thương tổn, ngăn ngừa nguy cơ nhiễm trùng. Ăn nhiều thịt nạc sau khi vá màng trinh cho cải thiện đáng kể và trị lành vết thương dưới phẫu thuật.

Ngũ cốc

Dưới phẫu thuật, chị em thường gặp tình trạng táo bón vì thuốc mê và thuốc. Những loại ngũ cốc rất giàu chất xơ, giúp ngăn ngừa tình trạng này lợi ích tốt. Đối với đối tượng trưởng thành, mỗi ngày cần phải

cung cấp tối thiểu khoảng 15g chất xơ là lí tưởng nhất, tối đa là 200g. Đàn bà có thể lựa chọn các loại ngũ cốc nguyên hạt như: bắp, yến mạch, gạo lứt,...

Sữa chua

Dưới khi phẫu thuật, đa số đối tượng đều phải dùng kháng sinh để phòng bệnh và chữa trị nhiễm trùng. Tuy nhiên, kháng sinh cũng tuân thủ xáo trộn sự cân bằng của virus trong ruột. Lúc này, sữa chua chứa vi khuẩn lành mạnh có thể hỗ trợ phục hồi sức khỏe đường ruột cho người.

Sữa chua là thực phẩm dễ dung nạp, không có khả năng gây mót nôn hay nôn dưới khi phẫu thuật. Trong sữa chua cũng có kẽm và protein – hai chất dinh dưỡng thiết yếu giúp thúc đẩy giai đoạn phục hồi và tái tạo các tế bào giúp vết thương nhanh lành. Sữa chua chính xác là đáp án tốt cho việc ăn gì sau phẫu thuật.

https://bsgdtphcm.vn/web/app/upload/users/2/2/my_files/health/kham-phu-khoa-o-dau-tot-ha-noi.htm

https://bsgdtphcm.vn/web/app/upload/users/2/2/my_files/health/chi-phi-kham-phu-khoa-bao-nhieu-tien.htm

https://bsgdtphcm.vn/web/app/upload/users/2/2/my_files/health/chi-phi-dot-viem-lo-tuyen-co-tu-cung-bao-nhieu-tien.htm

https://bsgdtphcm.vn/web/app/upload/users/2/2/my_files/health/thu-nho-am-dao-o-dau-thu-nho-am-dao-gia-bao-nhieu.htm

https://bsgdtphcm.vn/web/app/upload/users/2/2/my_files/health/kham-vo-sinh-hiem-muon-o-dau-chi-phi-bao-nhieu-tien.htm