

# טיפול בריפוי בעיסוק לאחר ניתוחים להתאמה מגדרית

## דף מידע למנותחים.ות

מה?

אם עברת לאחרונה ניתוח במסגרת טיפול להתאמה מגדרית, יתכן שתוכלי להעזר במרפאה בעיסוק בתהליך המרגש והמשמעותי שלך.

### למה ריפוי בעיסוק?

אנשים בתהליכי התאמה מגדרית עשויים לחוות שינויים בעיסוקים יומיומיים שונים, באופן שמשפיע על הבריאות ואיכות החיים, לדוגמה: ללמוד להתגלח, להתאפר, לבחור מלתחה חדשה, להחליף עבודה או לפתח תחביבים חדשים, ועוד...

הטיפול בריפוי בעיסוק מתמקד בדרכים לשפר תפקוד יומיומי, בדרכים שונות, על פי הצורך האישי של כל אדם

### אז...הניתוח כבר מאחוריק, ומה עכשיו? מתי כדאי לפנות לטיפול בריפוי בעיסוק?

טיפול בצלקות: בכל ניתוח בו נותרת צלקת שמפריעה לך ניתן לפנות לריפוי בעיסוק לצורך טיפול בצלקת. המרפאה בעיסוק תבדוק את הצלקת, תתאים לך טיפול ותתן הדרכה.

שיקום לאחר ניתוח הפוגע באופן זמני בתפקוד:

התאמת אביזרי עזר וסביבת הבית לצורך השגת תפקוד עצמאי לפי רצונך (בשלבם שונים לאחר הניתוח, בהתאם להנחיות הרופאה המנתחת).

לימוד טכניקות מותאמות לתפקוד יומיומי המשמרות אנרגיה ומונעות כאב  
סיוע בניהול עצמי (כגון נטילת תרופות, בניית סדר יום)

סיוע בהסתגלות לשגרה חדשה (כגון רכישת כלים לגיוס מוטיבציה והתמדה - הנדרשות כדי ליישם את פרוטוקול האימון הגילני, שהוא חיוני לשיקום לאחר ניתוח Vaginoplasty, ונדרש כתחזוקה למשך כל החיים).

סיוע ברכישת מיומנויות חדשות (גילוח, איפור וכד')

סיוע בתהליך החזרה לעבודה וללימודים

סיוע בפיתוח עיסוקי פנאי משמעותיים ובהנגשה של עיסוקים שיסייעו לך לבטא את הזהות המגדרית שלך לשיעור רצונך

### כיצד לפנות לטיפול בריפוי בעיסוק?

ניתן לקבל הפניה למכון לריפוי בעיסוק בקופת החולים דרך:

המרפאה להתאמה מגדרית / רופאת המשפחה או לגשת באופן פרטי למרפאה בעיסוק.

**בשאלות בנושא ניתן לפנות לצוות קבוצת עניין "גאווה בריפוי בעיסוק" של  
החברה הישראלית לריפוי בעיסוק ונשמח לסייע: [ot.lgtbq.isot@gmail.com](mailto:ot.lgtbq.isot@gmail.com)**