

العلاج بالعلاج الوظيفي بعد جراحة التطابق الجندري نشرة معلومات للأشخاص الذين خضعوا لعمليات جراحية

ماذا؟

إذا كنت قد خضعت مؤخرًا لجراحة في إطار علاج التطابق الجندري، فمن الممكن أن تستفيد من معالج/ة وظيفي/ة في رحلتك المثيرة والهامة.

لماذا العلاج الوظيفي؟

قد يواجه الرجال والنساء في مراحل التطابق الجندري تغييرات في مختلف الأنشطة اليومية، قد تؤثر هذه التغييرات على الصحة وعلى نمط الحياة. على سبيل المثال: تعلم الحلاقة، وضع مساحيق التجميل، اختيار خزانة ملابس جديدة، تغيير العمل، أو تطوير هوايات جديدة، وغير ذلك... يركز العلاج الوظيفي على طرق لتحسين الأداء اليومي، بطرق مختلفة، بناءً على الاحتياج الشخصي لكل فرد.

إذًا... الجراحة من خلفك الآن، وماذا بعد؟ متى يُنصح بالتوجه إلى العلاج الوظيفي؟

علاج الندوب:

في كل جراحة تترك ندبة تزعجك، يمكن التوجه للمعالجة الوظيفية بغرض علاج الندبة. ستقوم المعالجة الوظيفية بمعاينة الندبة، ومن ثم تلائم لك العلاج، وتقدم لك التوجيهات.

إعادة تأهيل بعد جراحة تحدث ضررًا مؤقتًا على الأداء:

• ملاءمة وسائل مساعدة وبيئة المنزل لغرض تحقيق أداء مستقل حسب رغبتك (في مراحل مختلفة بعد الجراحة، وفقًا لتعليمات الطبيب/ة الجراح/ة).

• تعليم تقنيات مكيّفة للأداء اليومي تحافظ على الطاقة وتمنع الألم.

• المساعدة في الإدارة الذاتية (مثل تناول الأدوية، بناء روتين يومي).

• المساعدة في التكيف مع الروتين الجديد (مثل اكتساب أدوات لتعزيز الدافعية والمثابرة -

المطلوبة لتطبيق بروتوكول التمرين المهلي، والذي يُعد حيويًا لإعادة التأهيل بعد جراحة Vaginoplasty، ويتطلب صيانة مدى الحياة).

• المساعدة في اكتساب مهارات جديدة (الحلاقة، استخدام مساحيق التجميل، وغيرها).

• المساعدة في عملية العودة إلى العمل والدراسة.

• المساعدة في تطوير أنشطة ترفيهية ذات معنى وفي تيسير الأنشطة التي ستساعدك على

التعبير عن هويتك الجندرية بالمستوى الذي يرضيك.

كيف يمكن التوجه إلى العلاج الوظيفي؟

يمكن الحصول على إحالة إلى معهد العلاج الوظيفي في صندوق المرضى عبر:

• عيادة التطابق الجندري / طبيب/ة العائلة.

• أو من خلال التوجه بشكل شخصي إلى معالج/ة وظيفي/ة.

في حال وجود أسئلة متعلقة بالموضوع، يمكن التوجه إلى طاقم مجموعة اهتمام

"الفخر في العلاج الوظيفي"

التابعة للمجتمع الإسرائيلي للعلاج الوظيفي، وسيسعدنا المساعدة:

ot.lgtbq.isot@gmail.com