



## 性別適合手術に関して (ガモン・コスメティック・ホスピタル)

### ベッドでの安静について

皮膚移植法の場合は、術後6日間パッキングを詰めたままで腫の位置を固定し、6日後にパッキングを除去します。その間、できるだけベッドで身体を起こさず、絶対安静が必要です。

### 浮腫 (むくみ) について

どんな手術の後においても、多少の浮腫は起きやすいものです。術後の性器の浮腫は実際かなり不快です。これは「立っている時間」を減らすことが効果的です。退院後3-4日は立ったままの姿勢を30分以上続けないようにして下さい。車に乗っているだけでもかなりの浮腫を引き起こすので注意して下さい。

塩分の多い食事などを控えて下さい。塩分は浮腫の原因になります。  
水を多く摂取するようにして下さい。

### ほてり

ほてりは術後すぐに起きやすい症状です。1週間以内ほどで身体中のあちこちに熱感が起きる、あるいは激しいほてりを経験します。これは体内のホルモンの突然の生産低下によるものです。

身体のほてりは通常約30分程続き、これはおよそ1ヶ月間続きます。

### 排尿機能について

次に術後すぐに直面する問題は、どうやって再び排尿するかということです。尿カテーテル除去後、しばらくは違和感があるでしょう。神経の幾つかは切断され、性器が再配置された為なので、心配はありません。排尿は可能です。どの筋肉を弛緩すべきかが分かるまで多少時間がかかります。尿を完全に押し切るまでに何回かの尿の流出があります。慣れるまでに1週間以上時間がかかります。

なお患部の浮腫みによって尿が噴水のように出てしまい、思うように排尿したい場所に出来ません。この症状は最低1ヶ月から2ヶ月続きます。

旅行中はおしり拭きやパンティーライナーなどを利用すると良いでしょう。

### おりもの

数週間から最大3ヶ月、多少の「おりもの」があります。これは手術後の正常な症状です。おりものは通常粘着質のクリーム状のものです。これは身体の治癒として排出されるものです。しかし、もし異臭や有色の場合は感染の可能性もあります。この場合、ただちに最寄の医師の診断を受ける必要があります。

## ダイレーション

直径の大きさがわずかに違う6種のダイレーターを使用します。ダイレーターのサイズは直径が少しずつ大きくなっています。

10日間前後は最小サイズを使い、その後はワンサイズずつサイズを大きいものへと変えていき、最終的には最大サイズを使います。

(\*ダイレーションについての詳細は、担当者または医師に相談して下さい。)

通常、術後の3ヶ月は1日に2回(45~60分間)続けて下さい。そしてその後の数ヶ月は1日1回、そして週に2~3回へと回数を減らしていきます。このスケジュールは年齢や性交の相手がいる場合によっても異なります。

## アドバイス

ダイレーター・サイズを次のサイズへと変える場合、必ず小さいものから試して下さい。最初は通常のダイレーション・セッションに従って、少しずつサイズを大きくしていくようにして下さい。最初は一度に挿入せずに半分までにします。最初は5~10分間、あまり不快ではなくなるまでは1日おきの短いセッションで行って下さい。最初の2回ぐらいは出血を伴うこともありますが、出血は大量ではなく、ダイレーション後の洗浄時に、水に色がつく程度です。

ダイレーション期間は、パンティーライナー(おりものシート)を十分買い置きしておく必要があります。まるで自分のサビがはがれていくように、本来の女性の月経の最終日のようなおりものがあります。

## 清潔さについて

清潔には十分な配慮をして下さい。大手術の後はバクテリアや菌による感染の予防が大切です。ダイレーターや器具など医療器具使用後には必ず洗浄して下さい。品質のよい抗菌石鹸やベビー石鹸をお使い下さい。

## 感覚について

その他に起きやすい症状として、痛みの錯覚と神経の痙攣(けいれん)です。まだそこに物があるような気がします。これはほとんどのものが「再配置」され、ほんの少しの箇所しか除去されていないからです。無感覚の場所、非常に敏感な場所があるのも普通です。特に新しいクリトリスは洗浄時でさえも触れないほどでしょう。身体が慣れるまでしばらく時間がかかり、不快感は通常2~3ヶ月後にはなくなります。

## 性交渉について

術後3ヶ月間は性交渉を避けるべきであるということで、医者の中で大体意見は一致しています。その頃には一番大きいダイレーターを使っているはずですが、性交渉前までに通常のダイレーション・セッションを終わらせて下さい。興奮しているのは頭であって、身体ではないので焦らずに十分な潤滑剤を使って下さい。

## 体が慣れるまで

身体には驚くべきことに、どんなものに対しても適応できる能力があります。

## SRS 理解すべき点

膣は外側の皮膚より形成され、その皮膚は形成後、内部にある状態です。身体はそれを内部の皮膚へと変換していき、これは約2年かかります。外側の皮膚が湿った皮膚表面と変わっていきます。次第に通常の内側の皮膚へと変わっていくので、ダイレーションの後、膣洗浄をするといくつかのネバネバしたおりものを時折経験するかもしれません。

そして陰唇内部皮膚色素が変色していくのが分かります。これは遺伝や人種によって大きく異なります。色素の薄い部分は濃くなり、濃い部分は薄くなっていきます。