

## راهنمای بیماری (کیست تخمدان)

### شرح بیماری

کیست تخمدان کیسه پر از مایع است و انواع مختلف دارد یک نوع طبیعی و یک نوع دیگر که ممکن است مشکلاتی را ایجاد کند و نیاز به درمان داشته باشد کیست تخمدان یکی از مشکلات شایع در خانم هاست بسیاری از خانم ها در سنین پیش از یائسگی ممکن است کیست تخمدان پیدا کرده باشند خوشبختانه کیست تخمدان معمولاً خطرناک نیست و در بیشتر موارد به راحتی با دارو کنترل و درمان میشود حتی ممکن است خانمی که کیست دارد حتی متوجه آن هم نشود و به طور اتفاقی در یک سونوگرافی کیست او را کشف کنند در بعضی موارد هم ممکن است کیست تخمدان باعث بروز علائم می شود.

### علائم شایع بیماری

احساس درد مبهم و گاه درد های تیز که معمولاً در نواحی پایین شکم و ناحیه لگن هست و گاه ممکن است به پشت و کمر انتشار داشته باشد.

- احساس پری یا سنگینی و نفخ در پایین شکم
- درد سینه ها
- دردهای شدید حوالی عادت ماهانه (پریود قاعدگی)

- لکه بینی در میانه ماه یا خونریزی های ماهانه غیر منظم
- پرمویی

- علائم عمومی تری مانند سرگیجه سردرد ، تهوع و ...

### عوارض

مهمترین عوارض کیست به ویژه در کیست های بزرگ عبارت است از : پیچش تخمدان و خونریزی آن در صورتی که فرد مبتلا به کیست تخمدان دچار درد شدید و غیرقابل کنترل در ناحیه پایین شکم شد بهتر است جهت بررسی از نظر احتمال پیچش تخمدان به نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه کنند .

- اختلال در قاعدگی که ممکن است در اثر خونریزی های شدید باعث کم خونی شود.

### تشخیص و درمان

تشخیص کیست معمولاً بر اساس علائم و سپس درخواست سونوگرافی و گاه سی تی اسکن است.درمان کیست هم معمولاً به راحتی امکان پذیر است و به یکی از روشهای زیر انجام می پذیرد:

### درمان دارویی

- در بیشتر موارد درمان دارویی می تواند کیست را کاملاً از بین ببرد داروهای مورد استفاده ممکن است هورمونی باشند در صورت درد می تواند از مسکن ها برای کاهش درد استفاده کرد بعضی منابع گرم نگه داشتن موضعی را نیز در تسکین درد موثر می دانند.

### درمان جراحی

- در بعضی موارد نیاز است که کیست برداشته شود یا تخلیه گردد معمولاً این کار در مورد کیست های مشکوک و یا بسیار بزرگ و کیست هایی که به درمان دارویی پاسخ نمی دهند انجام می شود ممکن است جراحی با کمک لاپاراسکوپی لوله ای که انتهای آن دوربین دارد و از طریق برش کوچک شکم و یا از طریق جراحی باز انجام می شود.

### رژیم غذایی

- توصیه می شود که به خصوص خانم های جوان از خوردن شیرینی جات نوشابه ها آب میوه های شیرین شده صنعتی ماکارونی مواد غذایی پرچرب و مواد غذایی صنعتی مانند کالباس ، سوسیس و ... پرهیز کنند.

### فعالیت

- خانمهایی که کیست تخمدان دارند و دارو مصرف میکنند باید از حرکات ورزشی جهشی و کششی دو و میدانی شنا یوگا و نظیر آن پرهیز کنند در واقع هر کاری که فشار به لگن بیاورد ممنوع است.

### و در صورت عمل جراحی:

- از بلند کردن اشیا با وزن بیش از ۵ کیلو گرم به مدت ۶ هفته خودداری کنید .
- در روزهای اول پس از عمل به هیچ عنوان رانندگی نکنید و به مدت یک هفته از ورزش کردن و بلند کردن اجسام سنگین تر از ۱۰ کیلو گرم خودداری کنید .

### در صورت بروز موارد زیر به پزشک مراجعه کنید

- عدم تسکین درد شکم و افزایش درد شکم



- احساس فشار در مثانه یا تخلیه ناکامل ادرار
- افزایش درد شکم
- تب بالا
- بروز بی حالی
- بروز علائم جدید

بیمار گرامی:

از اعتماد و حسن نظر جنابعالی نسبت به انتخاب این مجتمع

کمال تشکر را داریم.

پمفلتی که در دست دارید حاوی اطلاعات ضروری در

خصوص بیماری فعلی شما و چگونگی روند درمان و مراقبت

آن میباشد



منبع تهیه: کتابهای ویلیامز و پرونر سوادارت

بازنگری در تهیه: خانم هاجر قربانی سوپر وایزر ارتقا

سلامت بیمارستان نفت آبادان

بازنگری تأییدکننده: دکتر شقایق استرکی متخصص

زنان وزایمان

تاریخ تهیه: بهار ۱۳۹۵

تاریخ بازنگری بعدی: تابستان ۱۴۰۵

سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت  
آبادان