

کیست تخمدان

کیست تخمدان چیست؟

یکی از مشکلات شایع در خانم ها کیست تخمدان است. کیست تخمدان ساک های پر از مایع هستند که داخل یا روی تخمدان پیشرفت می کنند. در همه سنین از خانم ها مشاهده می شود. برخی از خانم ها دارای کیست تخمدان، درد و فشار لگن دارند و بعضی هم بی علامت هستند. خوشبختانه اکثر کیست های تخمدان نیاز به جراحی ندارند و همراه با کانسر (سرطان) نیستند. کیست ها ممکن است از یک سانتیمتر تا 10 سانتیمتر باشند. خانم ها دارای دو تخمدان هستند که هر کدام به اندازه یک بادام که در طرفین رحم واقع شده اند. تخمک ها در تخمدان بوجود آمده و در حین سیکل ماهیانه در سال های تولید مثل خانم ها بالغ میشوند.

علائم بیماری

بیشتر کیست ها هیچ نشانه ای ایجاد نمی کنند و خود به خود برطرف می شوند. یک کیست تخمدان بزرگ می تواند سبب درد شکمی شود. اگر کیست روی مثانه فشار بیاورد ممکن است احساس تکرر ادرار به فرد دست دهد.

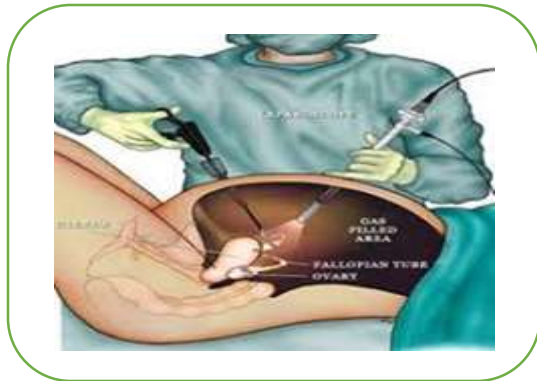
سایر علائم

لکه بینی
تهوع و استفراغ
مقاربت دردناک
نفخ شکم یا تورم
احساس پری و سنگینی
رویش مو بر روی صورت و بدن

تشخیص

- سونوگرافی
- علائم بالینی
- درمان
- دارویی
- جراحی





مراقبت بعد از عمل

مراقبت از زخم
بلند نکردن اجسام سنگین

علائم خطر پس از ترخیص

- تب بالای 38 درجه سانتی گراد و لرز
- ترشح چرکی و آبکی از محل عمل
- توصیه های غذایی و سبک زندگی

خانم هایی که کیست تخمدان دارند و درمان دارویی برای آنها در نظر گرفته شده است باید از حرکات ورزشی و کششی، دومیدانی، شنا، یوگا و نظیر آن پرهیز کنند.

هر کاری که فشار به لگن بیاورد ممنوع است. سعی کنید وزن خود را کاهش دهید. برای کاهش وزن دریافت کالری را کم کنید. سبزی ها، میوه ها، حبوبات، غلات سبوس دار، ماهی و یا گوشت بدون چربی، آجیل و مغزها را در رژیم غذایی روزانه جای دهید. از مصرف انواع شیرینی، کیک و کلوچه، ماکارونی ها و غذاهای که شکر به آنها اضافه شده است، آبمیوه های مصنوعی، نوشابه، قهوه و ... خودداری کنید.

واحد آموزش به بیمار

پاییز 1400