

شماره سند: H01B1E100/W9

تاریخ صدور: ۱۴۰۱/۰۹/۲۰

بازنگری: ۱۴۰۳/۱۲/۲۰

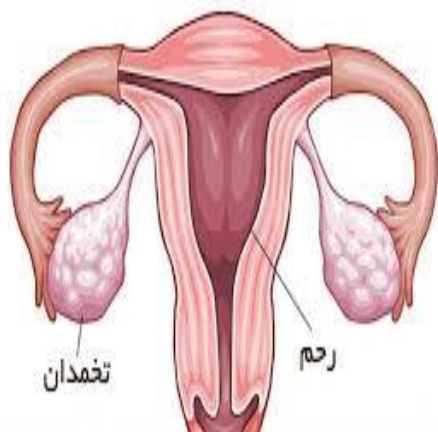


بیمارستان شهید هاشمی نژاد

آموزش به بیمار

کیست تخمدان

چیست؟



مرکز آموزشی پژوهشی

درمانی شهید هاشمی نژاد

واحد آموزش به بیمار



منابع:

- بیماریهای زنان نواک

- بارداری و زایمان ویلیمز

- کتاب زنان، زایمان و مامایی ۲۰۲۰

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید

هاشمی نژاد تلفن: ۱۵-۳۲۷۳۷۰ و یا شماره ۳۱۰۹

داخلی بخش زنان و مامائی ۲۲۵۰

سایت بیمارستان: hasheminejad.mums.ac.ir

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه روزه به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲ پاسخگوی سوالات شما می باشد. تلفن داخلی کلینیک ۸۰۰۳ می باشد. جهت دریافت پمفلت های آموزشی بارکد زیر را اسکن کنید.



درمان جراحی:

در بعضی موارد نیاز است که کیست برداشته یا تخلیه شود. معمولاً برای کیست های مشکوک و یا بسیار بزرگ که به حالت دارویی پاسخ نمیدهند استفاده میشوند. ممکن است جراحی از طریق لاپراسکوپ (جراحی بسته) و یا از طریق جراحی باز انجام شود.

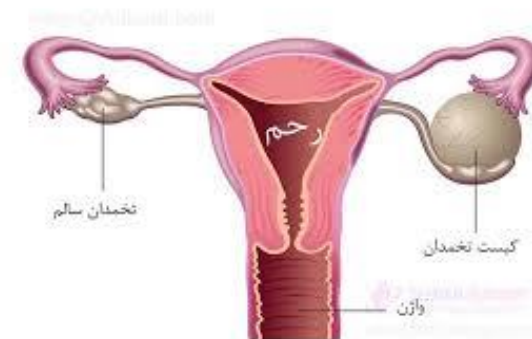
رژیم غذایی:

- کاهش کالری دریافتی
- کاهش دریافت کربوهیدرات: نان و برنج و...
- مصرف غذاهای فیبر دار: سبزیجات و ...
- کاهش مصرف چربی های اشباع
- تا حد امکان از مصرف غذاهای کنسوری و پر نمک کاهش یابد
- نمک دریافتی را کاهش دهید
- هفته ای ۲ تا ۳ بار ماهی مصرف کنید

کیست تخمدان

کیست تخمدان کیسه ای پر از مایع است و انواع مختلفی دارد. کیست از مشکلات شایع در خانم هاست. بسیاری از خانم ها در سنین پیش از یائسگی، ممکن از کیست تخمدان پیدا کنند.

خوشبختانه کیست تخمدان معمولا خطرناک نیست و در بیشتر موارد براحتی با دارو درمان میشود. ممکن است خانمی که کیست دارد حتی متوجه آن نشود و به طور اتفاقی در یک سونوگرافی کیست کشف شود. در برخی موارد هم کیست تخمدان علائمی دارد.



علائم شایع بیماری :

بیشتر کیست ها هیچ نشانه ای ایجاد نمیکنند و خود به خود برطرف میشوند، اما در بعضی افراد علائم زیر دیده میشود :

- احساس درد مبهم (و دردهای دیگر) که معمولا در نواحی پایین شکم، لگن، پشت و گاهی کمر
- احساس سنگینی و نفخ در ناحیه ی پایین شکم
- درد سینه
- لکه بینی یا خونریزی های ماهانه نامنظم
- پرمویی

- علائم عمومی مانند سرگیجه، سردرد، تهوع و ...
- احساس تکرر ادرار یا تخلیه ی ناکامل ادرار بر اثر فشار روی مثانه

عوارض :

افرادی که مبتلا به کیست تخمدان هستند، عوارض زیر در آنها بروز میکند :

- پیچش تخمدان و خونریزی آن
- درد شدید و غیرقابل تحمل در ناحیه ی پایین شکم که بهتر است جهت بررسی دقیق تر به اولین مرکز درمانی مراجعه شود.
- اختلال در قاعدگی

تشخیص :

تشخیص کیست معمولا براساس علائم ذکر شده و سپس درخواست سونوگرافی انجام میشود.

درمان : این کیست با استفاده از دو روش ذیل به راحتی درمان میشود

درمان دارویی:

در بیشتر موارد کیست تمدان میتواند با دارو سریعاً درمان شود. داروهای مورد استفاده ممکن است هورمونی باشند. در صورت درد میتوان از مسکن های برای کاهش درد استفاده نمود.