

مددجوی عزیز:

این پمفلت آموزشی جهت آشنایی بیشتر شما با بیماری و پیشگیری از عوارض تهیه گردیده است.

توده‌ی مایع که درون یا روی یک یا هر دو تخمدان رشد می‌نماید را کیست تخمدان گویند، تخمدانها ممل شایعی برای کیست هستند

### انواع کیست تخمدان

انواع بسیاری از کیست تخمدان وجود دارد. شایعترین نوع آنها کیست فولیکولی می باشد که کیست در یکی از فولیکول ها که تخمک در آن رشد می کند، نمو کرده و پر از مایع میشود. تصور می شود کیستهای متعدد کوچک در تخمدان رشد می نماید به علت اختلالات هورمونی ایجاد می شوند و به این حالت سندرم تخمدان پلی کیستیک گویند.

### علائم و نشانه ها

- احساس ناراحتی در شکم
- درد به هنگام مقاربت
- بی نظمی در قاعدگی گاهی همراه با خونریزی شدید می باشد
- خونریزی بعد از یائسگی
- کیستها پاره شده یا دچار پیچ خوردگی شود . موجب درد شکم، تهوع و تب خواهد شد.

### روش های تشخیصی:

بیماری از طریق تستهای زیر تشخیص داده می شود:

- علائم بالینی
- معاینه لگنی
- سونوگرافی
- ممکن است از لاپاراسکوپی جهت تایید، تعیین اندازه و محل و حتی برداشتن کیست استفاده شود.

### درمان:

- کیستهای ساده و کوچک :
- از تجویز داروهای ضد بارداری برای سرکوب فعالیت تخمدان و تحلیل (پوچ شدن) کیست استفاده میشود و بیمار تحت نظر گرفته می شود .
- سندرم تخمدان پلی کیستیک :
- تجویز داروهای ضد بارداری خوراکی
- کیستهای بزرگ، مرکب، مشکوک و دارای اجزاء جامد جراحی

### دارو درمانی:

- در صورت تجویز داروهای ضد بارداری خوراکی، این داروها عوارضی مثل احتباس آب ( تجمع آب در بدن ) یا تهوع دارد. در صورتیکه این علائم در شما شدید باشد یا سابقه ی بیماری قلبی یا فشار خون دارید به پزشک خود اطلاع دهید

### آموزش های قبل از عمل:

- شب قبل از عمل شام سبک (سوپ) میل کنید و از ساعت 12 شب ناشتا باشید.
- لازم است قبل عمل استحمام کنید ، اینکار باعث کاهش احتمال عفونت می گردد
- قبل از عمل طلا و جواهرات، اجسام فلزی، گیره ی سر، لنز و دندان و اعضاء مصنوعی خود را خارج کنید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید.
- احتمال دارد صبح روز عمل برای شما سوند اداری گذاشته شود .
- در صورتی که تحت درمان بیماری های خاص مثل دیابت هستید به پزشک یا پرستار خود اطلاع دهید؛ زیرا در برخی موارد لازم است داروهای شما موقتا قطع یا با سایر داروها جایگزین گردد.
- بی حرکتی پس از عمل می تواند سبب رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه ها گردد، لذا ورزشهای تنفسی و چرخش پاها را که به شما آموزش داده شده، بلافاصله بعد از عمل جراحی انجام دهید.
- عمل جراحی شما ممکن است تحت بیهوشی عمومی یا بی حسی نخایی انجام شود.

	عنوان سند: کیست تخمدان	
شماره سند: BH-P- 105 شماره ویرایش: 00 شماره بازنگری: 00 تاریخ تدوین: اردیبهشت 97 - تاریخ بازنگری: اسفند 97 تاریخ ویرایش: 00		

# کیست تخمدان

( آموزش به مددجو )

کمیته آموزش به بیمار

بیمارستان و زایشگاه بنت الهدی

منبع : بارداری و زایمان ویلیامز ، زنان اسپیرروف

آدرس : مشهد - فیابان بهار

تلفن تماس : 5 - 05138590051

اینستاگرام : Zayeshgah.bentolhoda

Bentolhoda-hospital-maternity

## مراقبت در منزل

پس از ترخیص تا یک هفته از غذاهای نفاخ ( مثل حبوبات و پیاز ) استفاده نکنید. از مواد غذایی ملین و فیبردار مانند سبزیجات، میوه و روغن زیتون استفاده کنید تا از یبوست جلوگیری شود .

توصیه می شود از برداشتن اجسام سنگین و ایستادن طولانی اجتناب کنید.

یک هفته پس از ترخیص به درمانگاه مراجعه کنید، با صلاحدید پزشک بخیه های شما در این تاریخ کشیده خواهد شد.

## نکات قابل توجه

توصیه می شود تا بهبودی کامل مراقبت های درمانی را پیگیری کنید و در تاریخ های مقرر به پزشک خود مراجعه نمایید. خانم هایی که در سنین بارداری قرار دارند لازم است مطلع باشند که تنها حفظ یک تخمدان باعث باروری می شود، اما در صورتیکه جراح مجبور به برداشتن هر دو تخمدان شود شما دچار یائسگی شده و توانایی باروری را نخواهید داشت. اگر تخمدان های شما برداشته شده می توانید از جایگزین کننده های هورمونی با صلاحدید پزشک خود استفاده کنید. حتما با جواب پاتالوژی جهت پیگیری درمان به پزشک معالج خود مراجعه نمایید.

## آموزشهای بعد از عمل

روز اول نبایستی چیزی بخورید. از زمانی که پرستار به شما اجازه داد، ابتدا رژیم مایعات را شروع کرده و به تدریج با نظر پزشکان می توانید از سایر مواد غذایی استفاده نمایید. درد بعد از عمل جراحی طبیعی است و پرستار شما با استفاده از مسکنهای تجویز شده توسط پزشک در تسکین درد به شما کمک میکند .

## خروج از تخت

معمولا روز بعد از عمل سوند اداری خارج شده و به شما اجازه داده خواهد شد تخت خود را ترک کنید . در غیر اینصورت لازم است ابتدا 15 دقیقه لبه ی تخت نشستته و پاهای خود را آویزان کنید، در صورتی که سرگیجه نداشتید با کمک پرستار از تخت خارج شده و راه بروید.

## مراقبت از محل عمل

معمولا 48 ساعت بعد از عمل پانسمان ناحیه ی عمل برداشته می شود و می توانید دوش سرپایی بگیرید؛ در غیر اینصورت در زمان مورد نظر با صلاحدید پزشک می توانید پانسمان برداشته و دوش سرپایی بگیرید، سپس ناحیه ی عمل را با دستمال تمیز خشک کرده و نیازی به پانسمان مجدد نیست.