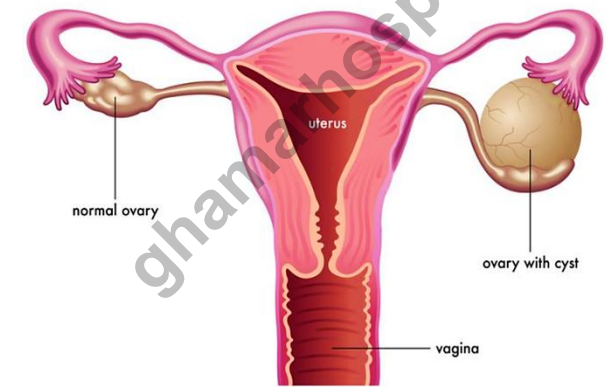




اداره کل اوقاف و امور خیریه

بیمارستان خیریه قمربنی هاشم (ع)



کیست تخمدان

تخمندان ها بخشی از سیستم تولید مثل خانم ها هستند که مانند دو تخم مرغ کوچک در اطراف رحم قرار گرفته اند و از طریق لوله های فالوپ به رحم مرتبط می شوند.

تخمندان ها منجر به تولید هورمون های زنانه و تخمک می شوند. کیست تخمدان ساختمان های کیسه مانند پر از مایع است که در تخمدان قرار دارند؛

این کیست ها معمولاً بدون خطر هستند و خود به خود برطرف می شوند. کیست هایی که کوچک هستند معمولاً علائمی ایجاد نمی کنند.

علائم کیست تخمدان:

بیشتر کیست ها هرگز علائمی ایجاد نمی کنند و بدون اینکه خانم ها بدانند که به این کیست ها مبتلا هستند بر طرف می شود. شایع ترین علامت وجود کیست درد در شکم یا لگن در سمت کیست است. این درد می تواند نتیجه پارگی کیست، رشد و بزرگ شدن آن، خونریزی به درون کیست و یا پیچ خوردن لوله فالوپ ایجاد شود.

دیگر علائم شامل:

- احساس فشار و تورم در شکم
- درد هنگام مدفوع
- احساس درد قبل یا بعد از خونریزی ماهیانه
- درد هنگام رابطه جنسی

پزشک معالج چگونه کیست تخمدان را تشخیص می دهد؟
پزشک معالج معمولاً با معاینه شکم می تواند کیست های تخمدان را تشخیص دهد. دیگر آزمایشات که می تواند کمک کننده باشد، انجام سونوگرافی است.



درمان کیست تخمدان چیست؟

بعضی کیست های تخمدان که علامت دار نیستند نیازی به درمان ندارند و خود بخود در طول ۸ تا ۱۲ هفته بر طرف می شود. اما در شرایطی که کیست های متعدد وجود دارند مصرف قرص های ضد بارداری توصیه می شود. این قرص ها با ایجاد تغییرات هورمونی در بدن از ایجاد شدن کیست های جدید جلوگیری میکنند.

در بعضی موارد پزشک تصمیم به انجام عمل جراحی برای خارج کردن کیست می گیرد.



این موارد شامل:

- کیست های تخمدان متعدد که خود به خود برطرف نمیشوند.
- کیست هایی که منجر به ایجاد علائم شده اند مثلاً کیست های دردناک
- وجود کیست های تخمدان بزرگتر از ده سانتی متر با مشخصات خاص در سونوگرافی و یا کیست های کوچکتر که مقاوم به درمان باشد.
- وجود کیست در خانم هایی که نزدیک به دوران یائسگی با بعد از آن هستند.

مراقبت های بعد از عمل در منزل:

- در صورت صلاحدید پزشک روز بعد از عمل می توانید استحمام کنید.
- تا ۴ هفته پس از عمل رابطه جنسی نداشته باشید.
- در صورت وجود علائم زیر سریعاً به پزشک خود مراجعه کنید:
- احساس درد شدید در ناحیه شکم
- خونریزی زیاد و غیر طبیعی
- تورم ناحیه عمل
- تب بالا و خروج ترشحات عفونی

بیمارستان خیریه قمر بنی هاشم (ع) نیشاپور

۱۴ الی ۰۵۱۴۲۲۲۱۵۱۱

ناظر کیفی	دکتر معصومه ترحمی، متخصص زنان و زایمان
تهیه کنندگان	سارا شریفان (مسئول آموزش به بیمار) ثمینه عابدی (مسئول تغذیه و رژیم درمانی)
تاریخ بازنگری	۱۴۰۵

- مصرف مواد پروتئینی مانند انواع گوشت ها، حبوبات (به غیر از حبوبات نفاخ مانند نخود و لوبیا)، سفیده تخم مرغ و پنیر، حداقل برای ۲ هفته بعد از عمل جهت ریکاوری سریع تر و کاهش طول دوره نقاهت

- مصرف حداقل ۱ لیوان از گروه سبزیجات (انواع سبزی خوردن، انواع سالاد، خیار و گوجه فرنگی، سبزیجات بخارپز) در کنار وعده های غذایی اصلی

- لزوم مصرف روزانه ۸-۱۰ لیوان آب

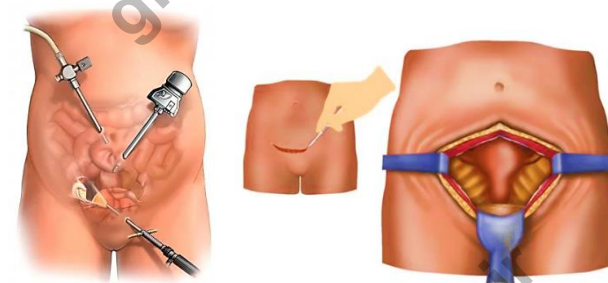
- عدم مصرف فست فودها و غذاهای پرچرب و سنگین



روش های جراحی:

لاپاراسکوپي: با ایجاد سوراخ کوچک روی پوست شکم و وارد کردن ابزار از طریق این سوراخ ها به داخل شکم، عمل جراحی به صورت ویدیویی انجام می شود. در این روش لوله باریکی مجهز به دوربین به داخل شکم هدایت شده و جراحی انجام می شود.

لاپاراتومی: باز کردن جدار شکم با ایجاد برش جراحی روی پوست



رژیم غذایی پس از عمل:

- رژیم غذایی بایستی شامل سه وعده اصلی (صبحانه، ناهار و شام) و ۲-۳ میان وعده باشد.

- بهترین میان وعده انواع میوه ها، شیر پاستوریزه کم چرب، سبزیجاتی مثل خیار، گوجه فرنگی، هویج یا آجیل کم نمک می باشد (اولویت با میوه های ملین مانند سیب، گلابی، کیوی، انجیر، انواع آلو، زردآلو و ... می باشد).