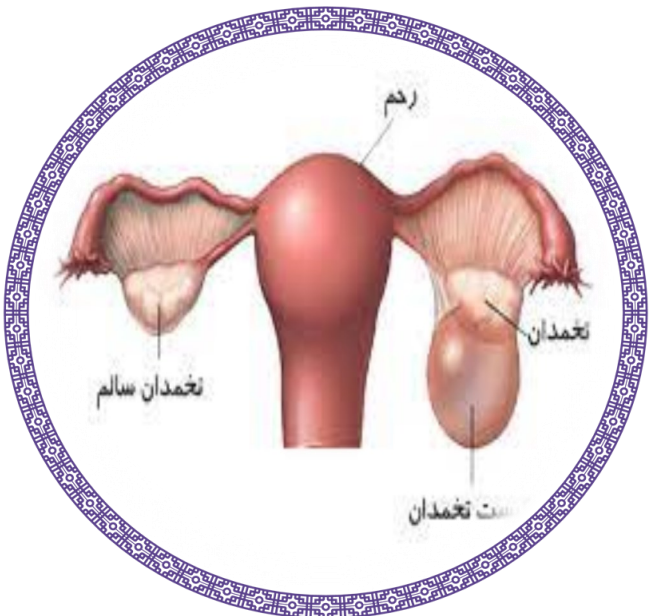




Bohlool Hospital

کیست تخمدان



بخش مامایی و زنان

واحد آموزش سلامت—بازنگری: بهار ۱۴۰۰

عوارض کیست تخمدان به چه صورت نمایان می شود؟

پیچ خوردگی تخمدان: کیست‌هایی که بزرگ هستند، می‌توانند باعث پیچ‌خوردگی تخمدان شوند. علائم می‌تواند شامل شروع ناگهانی درد شدید لگن، حالت تهوع و استفراغ باشد. پیچ خوردگی تخمدان همچنین می‌تواند جریان خون را به تخمدان‌ها کاهش دهد یا آن را متوقف کند.

پارگی کیست: این مورد می‌تواند باعث درد شدید و خونریزی داخلی شود. هر چه کیست بزرگ‌تر باشد، خطر پارگی آن بیشتر است.

تاثیر سبک زندگی در بیماری کیست تخمدان

رژیم غذایی:

کربوهیدرات‌های با فیبر بالا مصرف کنید. که در غذاهایی همچون نان‌ها و غلات و ماکارونی سبوس‌دار، جو، برنج قهوه‌ای و حبوبات یافت می‌شوند.

بیمار مبتلا به کیست تخمدان باید از مصرف مواد غذایی که حاوی کربوهیدرات‌های ساده هستند، به شدت اجتناب کند. مثلاً مصرف نوشابه، آبمیوه‌های صنعتی، کیک، آبنبات، بستنی، کلوچه و شیرینی را کم کند.

ورزش کنید: در زنان مبتلا به کیست‌های تخمدانی،

افزایش فعالیت روزانه و مهم‌تر و موثرتر از آن، شرکت در یک برنامه ورزشی منظم برای درمان و پیشگیری از مقاومت انسولین بسیار ضروری است.

ورزش به شکل پیاده‌روی تند است که ۵ روز در هفته و روزی نیم ساعت انجام شود.

نکته مهم این است که افراد مبتلا به کیست تخمدان به این موضوع توجه داشته باشند که هدف اصلی پزشک در درمان آنها، برقراری نظم در جریان قاعدگی است. بنابراین لازم است با پزشک خود همکاری مناسب را داشته باشند و درمان‌ها و قرص‌های تجویزی را طبق دستور پزشک مصرف کنند.

زیر نظر داشتن بیمار به صورت دقیق:

در این روش اگر فرد علائم خاصی از خود نشان ندهد و یا سونوگرافی تنها یک کیست ساده‌ی کوچک و پر از مایع را نشان داده باشد، بیمار باید به دقت تحت نظر باشد تا در صورت هر گونه تغییری روش‌های درمانی دیگر بر روی او انجام شود. بنابراین از بیمار خواسته می‌شود که بعد از گذشت مدت زمانی دوباره به پزشک مراجعه کرده و با دادن سونوگرافی لگنی دیگری تغییر اندازه‌ی کیست به دقت بررسی شود.

دارو:

در این روش داروهای هورمونی همچون داروهای ضد بارداری برای فرد تجویز می‌شود که جلوی تشکیل دوباره‌ی کیست تخمدان گرفته شود.

جراحی: اگر کیست باعث ایجاد درد یا حس پر بودن

در لگن شود، یا علائم آزاردهنده دیگری ایجاد کند، ممکن است پزشک معالج خارج کردن کیست را توصیه کند. بنا به شرایط کیست‌ها ممکن است بتوان بدون برداشتن کل تخمدان کیست را خارج کرد؛ اما اگر کیست تا حدی تخمدان را تخریب کرده باشد که تخمدان بافت سالمی نداشته باشد، جراح تمام تخمدان را خارج میکند.

کیست تخمدان چیست

کیست به کیسه‌هایی گفته می‌شود که درونشان از مایع پر شده است.

گاهی اوقات این مایع خونی یا چرکی است که شرایط بیمار را اندکی خطرناک‌تر و وخیم‌تر می‌کند.

کیست‌های تخمدان نیز به همین شکل هستند.

در کیست تخمدان کیسه‌هایی با غشایی نازک از مایعات پر می‌شوند، این کیسه‌های پر از مایع در نهایت در تخمدان قرار می‌گیرند. اندازه‌ی کیست‌های تخمدان می‌تواند به کوچکی نخود فرنگی و یا به بزرگی یک پرتقال باشد.

کیست‌های تخمدان اغلب در زمان تخمک‌گذاری ایجاد می‌شوند.

بیش‌تر کیست‌های تخمدان کوچک و بی‌خطر هستند و مکرراً در طی چرخه‌ی قاعدگی در سال‌های باروری زن به وجود می‌آیند.

از طرفی امکان تشکیل این کیسه‌های پر از مایع در هر سنی وجود دارد.

در اثر خونریزی در کیست‌های تخمدانی کیست هموراژیک یا کیست خونی ایجاد می‌شود که به آن کیست خونریزی دهنده نیز می‌گویند.

این کیست به دنبال ایجاد اختلال در روند تخمک‌گذاری در زنانی که یائسه نیستند، ایجاد می‌شود.

در بیشتر موارد کیست‌های هموراژیک هیچ علائمی ندارند و با معاینه‌های لگنی و سونوگرافی تشخیص داده می‌شوند.

در صورتیکه اندازه این کیستها کوچک یا متوسط باشد، معمولاً پزشک صرفاً آنها را تحت نظر قرار میدهد.

کیستها میتوانند در تخمدان راست، چپ و یا هر دو آنها وجود داشته باشند. اگر این کیستها به هر دلیلی پاره شوند، مایع و خون داخل آنها به داخل لگن و شکم نفوذ می‌کند.

خوشبختانه کیست تخمدان در ۹۵ درصد موارد خوش‌خیم است و به راحتی با دارو کنترل و درمان می‌شود.

معمولاً کیست تخمدان علامت یا نشانه‌ای ندارد، ولی برخی اوقات باعث ایجاد درد یا خونریزی در زنان می‌شود.

اگر قطر یک کیست بیش‌تر از ۵ سانتی‌متر باشد، برای خارج کردن آن از بدن ممکن است به عمل جراحی نیاز باشد.

علائم کیست تخمدان شامل موارد زیر است:

← نفخ شکم یا تورم در ناحیه شکمی

← حرکات روده دردناک

← درد لگن قبل یا بعد از چرخه قاعدگی

← مقاربت دردناک

← درد در ناحیه شکم، کمر یا ران

← حساسیت سینه

← تهوع و استفراغ

در صورت داشتن این علائم هشدار سریعاً مراجعه کنید:

درد شدید در لگن، تب، ضعف یا سرگیجه، تنفس سریع و پی در پی، این علائم می‌تواند نشان‌دهنده پارگی یک کیست یا پیچ خوردگی تخمدان باشد.

آیا کیست تخمدان هموراژیک نیاز به درمان دارد؟

داشتن یک کیست هموراژیک در تخمدان ممکن است مشکل‌ساز نباشد.

در بیشتر مواقع کیستها هیچگونه علائمی ندارند و وقتی دیده میشوند که لگن و تخمدان برای اهداف دیگر مورد معاینه قرار می‌گیرند.

اگر اندازه کیست هموراژیک در تخمدان کوچک و یا متوسط باشد و باعث ایجاد هیچگونه درد یا علائم دیگری نشود، بهتر است فقط این کیستها را تحت نظر گرفت.

میزان خونریزی داخل شکم در اثر پارگی کیست در تصمیم‌گیری جراحی اهمیت دارد.

به طوریکه اگر خونریزی خفیف باشد فقط تحت نظر گرفته می‌شود و با سرم درمانی ممکن است بهبود یابد.

این کار با استفاده از سونوگرافیهای دوره‌های طبق دستور پزشک انجام شود تا اطمینان حاصل شود که کیست تغییر سایز نداشته است. در بیشتر مواقع کیست پس از چند ماه به صورت خود به خودی از بین میرود.

درمان کیست تخمدان چیست؟

درمان کیست تخمدان طیف بسیار وسیعی را در بر می‌گیرد و ممکن است از فردی به فرد دیگر کاملاً متفاوت باشد. بنابراین افرادی که این بیماری را دارند نباید خود را از نظر درمانی با یکدیگر مقایسه کنند.

بر اساس سن فرد، نوع و اندازه‌ی کیست و همچنین نشانه‌ها و علائمی که فرد نشان می‌دهد پزشک معالج روش‌های درمانی متفاوتی را اعمال می‌کند.