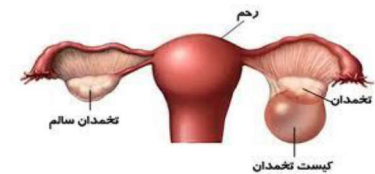


 دانشگاه علوم پزشکی کرمان	عنوان : کیست تخمدان	 بیمارستان قائم(عج) پروفسور
بازنگری: پاییز 1403 واحد آموزش سلامت		
شماره واحد: 03433525542		
منبع: کتاب پرستاری و بهداشت مادران و نوزادان دکتر میترا ذوالفقاری		



کیست تخمدان

کیست تخمدان: یک کیسه غیر طبیعی پر از مایع یا مواد دیگری مانند خون است که داخل تخمدان زنان شکل می گیرد تخمدان ها اندام تناسلی زنان هستند که در پایین شکم قرار دارند .

تخمندان محل شایعی برای ایجاد کیست است

کیست های داخل تخمدان یک مشکل نسبتا رایج است و می توانند زنان را در هر سنی مبتلا کنند این کیست ها می توانند به شکل یک کیسه یا خوشه ای به وجود آیند و گاهی پر از مواد دیگری مانند خون به همراه مایع داخلی خود هستند

تظاهرات بالینی :

نفخ و تورم شکم -حرکات دردناک روده - درد لگن پیش از دوره قاعدگی یا در طول آن - رابطه جنسی دردناک - درد خفیف در قسمت پایین کمر یا ران ها - حساسیت سینه ها - پرودی نامنظم -احساس پر بودن در قسمت پایین شکم -حالت تهوع و استفراغ -اضافه وزن بدون دلیل -خونریزی غیر طبیعی واژن - تکرار ادرار - مشکلات در دفع ادرار

گاهی اوقات علائم در کیست تخمدان در حدی است که زنان باید فوراً به پزشک مراجعه کنند از جمله :

درد شدید لگن ، تب ، سرگیجه وضعف ، تنفس سریع این علائم پارگی کیست یا پیچ خوردگی تخمدان را نشان می دهند هر دو عارضه اگر زود درمان نشوند می توانند عواقب جدی داشته باشند

دلایل به وجود آمدن کیست ها :

- مشکلات هورمونی : کیست های تخمدان عملکردی معمولاً خود به خود بدون نیاز به درمان رفع شود
- بارداری ، یک کیست تخمدان به صورت طبیعی در اوایل دوران بارداری شکل می گیرد تا به تقویت بارداری تا زمان تشکیل جفت کمک کند
- عفونت شدید لگن
- سابقه قبلی داشتن کیست

اقدامات قبل از عمل :

- * شب قبل از عمل شام سبک میل کرده و از نیمه شب ناشتا باشید
- * شب قبل از عمل استحمام کنید و ناحیه جراحی را روز عمل جراحی بشوئید کنید این کار باعث کاهش احتمال عفونت می شود

* در صورتی که بیماری خاصی دارید و تحت درمان هستید به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود

* روز عمل کلیه اشیاء فلزی از جمله زیور آلات ، گیره سر ،لنز و اعضاء مصنوعی خود را خارج کنید

* بی حرکتی پس از عمل می تواند باعث رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه ها گردد لذا ورزشهای تنفسی و چرخش پا که به شما آموزش داده شده را بلافاصله پس از عمل انجام دهید

*معمولاً پیش از عمل آزمایش خون و ادرار از شما گرفته خواهد شد تا مشخص گردد مشکلی در حین جراحی وجود نخواهدداشت

*ممکن است تصویربرداری همچون اولتراسوند CT اسکن یا MRI از شما گرفته شود این آزمایش ها نیز به پزشک کمک می کند که بتواند تخمدان ها و اندام های اطراف آن را بررسی کند

*ممکن است پزشک از شما بخواهد داروهایی جهت تخلیه روده ها استفاده کنید

- طبق دستور پزشک بعد از شروع حرکات دودی روده ای (دفع گاز) ابتدا رژیم مایعات برای شما شروع می شود و در صورت توانایی جذب مایعات به تدریج به نظر پزشک میتوانید غذاهای نرم و بدون نفاخ مصرف کنید
- شروع رژیم غذایی با مایعات و آب میوه تازه می باشد رژیم شما باید حاوی پروتئین -ویتامین و فیبر جهت جلوگیری از یبوست باشد
- بهتر است به مدت 48 ساعت از نوشیدن نوشابه های گازدار خودداری کنید

فعالیت :

- در بستر پاها را حرکت دهید تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود بهتر است هر چه زودتر با تایید پزشک از بستر خارج شده و راه بروید
- برای خروج از بستر ابتدا مدتی در لیه تخت نشسته و پاها را آویزان نمایید در صورت نداشتن سرگیجه -تاری دید و ... با کمک همراهی راه بروید

مراقبت ها :

* داروهای آنتی بیوتیک خود را طبق دستور پزشک مصرف کنید

- * در صورت داشتن درد به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد
- * در صورتیکه کیست به روش جراحی باز عمل شود پس از یک الی دو روز پانسمان خارج می شود
- *در زمان استراحت در تخت اندامها و مفاصل را حرکت دهید تا از خشکی و ایجاد لخته خون در اندامهای انتهایی جلوگیری شود
- *پس از عمل ممکن است درد جزئی و کبودی در ناحیه برش ها داشته باشید تغییر وضعیت می تواند به تخفیف درد و ناراحتی شما کمک کند

*ممکن است به علت استفاده از داروی بیهوشی در ناحیه شانه ها و قفسه سینه درد داشته باشید .این درد طی چند روز خود به خود ناپدید خواهد شد

هشدار:

در صورتیکه علائم زیر را داشتید حتماً به پزشک معالج خود یا بیمارستان مراجعه کنید

- در صورت داشتن خونریزی واژینال شدید
- تب و لرز

رژیم غذایی :