

## تعریف:

کیست تخمدان کیسه ای پر از مایع می باشند که در تخمدان شکل گرفته و در اکثر موارد خوش خیم و غیر سرطانی می باشند.

## علل ایجاد کیست تخمدان:

این کیست ها به علل مختلفی ایجاد می شوند و بیشتر، از رشد فولیکول نتیجه می شود. فولیکول یک کیسه پر از مایع طبیعی است که حاوی یک تخمک است. بیشتر این کیست ها خود به خود یا با مصرف دارو در خلال ۶ تا ۸ هفته از بین می روند و اغلب موجب بروز مشکلی نمی شوند ولی گاهی موجب درد شکم و یا خونریزی نامرتب می گردند.

## علائم کیست تخمدان:

بیشتر این کیست ها هرگز علامت دار نمی شود و بدون اینکه افراد بدانند به این کیست ها مبتلا هستند و خود به خود برطرف می شوند. درد در شکم یا لگن شایع ترین علامت است. درد می تواند در اثر پارگی کیست، رشد سریع و اتساع

آن، خونریزی به درون کیست یا پیچ خوردگی کیست باشد. علائم دیگر شامل: نفخ شکم و یا تورم، احساس پری یا سنگینی، درد لگن قبل و یا در طول عادت ماهیانه، لکه بینی، مقاربت دردناک، درد کمر یا ران، تهوع و استفراغ. بیشتر کیست ها توسط سونوگرافی تشخیص داده می شوند.

## درمان:

درمان کیست به سن خانم، اندازه کیست و ظاهر آن در سونوگرافی بستگی دارد. درمان می تواند دارویی و در صورت لازم جراحی با لاپاراسکوپ باشد.

## مراقبت های قبل از عمل:

\* قبل از عمل شما توسط متخصص بیهوشی ویزیت می شوید.

\* به شما توصیه می شود به منظور کاهش احتمال خونریزی طی ۱۰ روز قبل از عمل، از مصرف آسپرین و سایر داروهای ضدالتهاب مانند بروفن و ایندومتاسین خودداری نمایید.

\* جهت آمادگی برای عمل، از ساعت ۱۲ شب قبل از عمل باید ناشتا باشید.

\* ممکن است قبل از عمل نیاز به سرم و آنتی بیوتیک داشته باشید که برای شما تزریق می شود.

## مراقبت های بعد از عمل:

\* مدت زمان بستری در بخش پس از عمل، با توجه به وضعیت بیمار و نظر پزشک می باشد. در صورت نمونه گیری به آزمایشگاه تحویل دهید.

\* معمولاً یک روز پس از تزخیص قادر به حمام نمودن و برداشتن پانسمان هستید. بعد از برداشتن پانسمان، محل عمل را با شامپو بچه، ملایم و خیلی آهسته شسته و سپس با سشوار و یا یک حوله لطیف به آرامی خشک نمایید. محل عمل نیاز به هیچگونه مواد ضد عفونی و پانسمان ندارد.

\* در صورتی که از بخیه غیر قابل جذب استفاده شده است، جهت کشیدن بخیه روز هفتم الی دهم پس از عمل به درمانگاه یا مطب پزشک مراجعه نمایید.

\* راه رفتن در حد تحمل به برگشت حرکات روده کمک می کند و نفخ و درد ایجاد شده بعد از عمل جراحی را، کاهش می دهد.

\* در مورد رانندگی و بالا و پایین رفتن از پله، از پزشک خود کسب تکلیف نمایید.

\* از بلند کردن اشیاء سنگین، کارهای سنگین در منزل و ورزش های سنگین خودداری نمایید.

\* هر ۲ ساعت یکبار نفس عمیق بکشید. این حرکت از عفونت ریه جلوگیری می کند. برای جلوگیری از هرگونه احساس ناراحتی در هنگام سرفه، عطسه و تنفس عمیق، می توانید یک بالش بر روی محل عمل قرار دهید.

\* از نزدیکی تا اخذ اجازه از پزشک معالج بپرهیزید.

\* برای کنترل درد، طبق دستور پزشک معالج مسکن دریافت نمایید.

#### آموزش و ارتقای سلامت:

\* از خوردن غذاهای نفاخ مانند حبوبات، پلو و خورش، میوه و سبزی خام و آبمیوه های صنعتی و ... بپرهیزید.

\* غذاهای سبک و در حجم کم مصرف نمایید. بهتر است مواد غذایی غنی از پروتئین مثل گوشت، ماهی، پنیر، تخم مرغ و سویا استفاده نمایید.

\* در طول روز میان وعده های غذایی سالم مصرف نمایید.

\* برای جلوگیری از یبوست از روغن زیتون، آلو و انجیر خشک خیس کرده استفاده نمایید.

#### نکته قابل توجه:

در صورت مشاهده علائم زیر باید فوراً به بیمارستان مراجعه شود:

\* قرمزی یا ترشحات چرکی از محل جراحی

\* درد شدید شکم \* خونریزی واژینال

\* تب \* اشکال در دفع ادرار

لازم به ذکر است ماهیت کیست تخمدان تکرارشونده

است و معاینات و مراجعات بعدی برای جلوگیری از

تشکیل مجدد کیست، ضروری می باشد.



کد سند: MHE.CW.16

ویرایش: C

بازنگری: خرداد ۱۴۰۱



## کیست تخمدان

گروه هدف: بیماران محترم

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت بیمارستان شهید

مطهری

خرداد ۱۴۰۱

همدان - پل پیشاهنگی

تلفن: ۴-۳۸۲۲۴۰۰۳