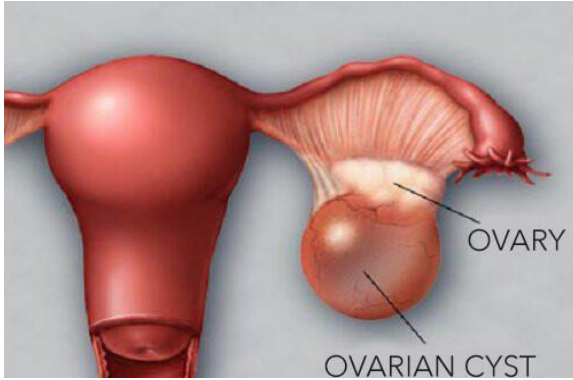




## آموزش و مراقبت های لازم از کیست تخمدان



کد محتوا: 44

تهیه و تنظیم:

کارگروه آموزش به بیمار

بازنگری ۱۴۰۳

شماره تلفن بیمارستان: ۰۵۶۳۷۲۲۳۰

داخلی واحد آموزش: ۲۰۳

۷- سه روز بعد از عمل می توانید بصورت روزانه استحمام نمایید. (البته با تایید پزشک) ولی در هر صورت رعایت بهداشت فردی الزامی می باشد.

۸- از خوردن غذاهای نفاخ همچون حبوبات، شیر، میوه های خام، آبمیوه های صناعی ... خودداری کنید و مصرف آب به میزان فراوان بسیار مفید است.

۹- زمان مراجعه مجدد با صلاحدید پزشک معالج (حدود ۷-۱۰ روز بعد از عمل) و با در دست داشتن برگه خلاصه پرونده، جهت ویزیت مجدد و کنترل کشیدن بخیه ها مراجعه فرمائید.

۱۰- بعد از عمل، در صورت مشاهده هر کدام از علائم زیر حتما به پزشک خود و یا درمانگاه تخصصی زنان مامائی مراجعه نمائید تب، درد شدید شکم، عدم دفع گاز، تهوع و استفراغ طول کشنده، خونریزی واژینال، ترشحات بدبو از محل زخم و ...

۱۱- لازم به ذکر است که ماهیت کیست تخمدان تکرار شونده و معاینات و مراجعات بعدی برای جلوگیری از تشکیل مجدد کیست تخمدان ضروری می باشد.

۳۰- ۱۵ روز بعد از جراحی بیمار جواب نمونه پاتولوژی را با برگه از آزمایشگاه بیمارستان سینا پیگیری و با جواب پاتولوژی به درمانگاه تخصصی زنان مراجعه نماید.

## مراقبت های بعد از عمل و حین ترخیص کیست تخمدان:

۱- پس از عمل، مدت زمان بستری در بخش با توجه به وضعیت بیمار و نظر پزشک می باشد.

۲- بهتر است ۱۲ تا ۲۴ ساعت پس از عمل با نظر پزشک معالج (به همراه کمک پرستار برای اولین بار) از تخت پایین آمده و راه بروید. راه رفتن را به طور مرتب انجام دهید.

۳- بهتر است هر دو ساعت یکبار نفس عمیق کشید و سرفه کنید. این حرکت تا حدود زیادی از عفونت ریه ها جلوگیری می کند. برای پیشگیری از هر گونه ناراحتی در هنگام سرفه می توانید محل عمل را با بالش نگه دارید.

۴- محل زخم چه در روش باز (لاپاراتومی) و چه در روش بسته (لاپاروسکوپی) باید خشک نگه داشته شود. تعویض پانسمان محل زخم بنا به صلاحدید و دستور پزشک انجام می گیرد.

۵- پس از ترخیص کلیه داروهای تجویز شده جهت منزل، از قبیل: آنتی بیوتیک، مسکن و غیره را طبق دستور پزشک و بطور صحیح (میزان، فواصل زمانی، تعداد کافی) مصرف نمایید.

۶- انجام کارهای شخصی و سبک در منزل، مانعی ندارد.

## کیست تخمدان چیست؟

یکی از مشکلات شایع در خانم ها کیست تخمدان است . بیشتر خانم ها در سنین پیش از یائسگی ممکن است کیست تخمدان پیدا کرده باشند.

خوشبختانه کیست تخمدان در ۹۵٪ موارد خوش خیم است و به راحتی با دارو کنترل و درمان می شود. در بیشتر موارد ممکن است بیماری که کیست دارد متوجه آن نشود و به طور تصادفی در یک سونوگرافی کیست او کشف شود . اما در بعضی موارد کیست تخمدان باعث بروز علائمی شود.



## شایعترین علائم کیست تخمدان که بروز

آن باید به پزشک مراجعه نمود

- ❑ احساس درد مبهم ( و گاه دردهای تیز) که معمولا در نواحی پایین شکم و ناحیه لگن می باشد و گاه ممکن است به پشت و کمر انتشار داشته باشد.
- ❑ احساس پری یا سنگینی و نفخ در پایین شکم
- ❑ درد سینه ها
- ❑ دردهای شدید حوالی عادت ماهیانه (قاعدگی)
- ❑ لکه بینی در میانه ماه یا خونریزی های ماهانه غیر منظم
- ❑ پرمویی
- ❑ علائم عمومی تری مانند : سرگیجه ، سردرد ، تهوع و ...



## تشخیص کیست:

توسط پزشک بر اساس علائم و در صورت نیاز به کمک سونوگرافی صورت می گیرد.



## درمان کیست:

**دارو درمانی:** در بیشتر موارد درمان دارویی می تواند کیست را کاملا از بین ببرد. در صورت وجود درد می توان از مسکن ها با دستور پزشک برای کاهش درد استفاده کرد.

**جراحی:** در بعضی موارد نیاز است که کیست برداشته شود یا تخلیه گردد. معمولا این کار در کیست های مشکوک و یا بسیار بزرگ و کیست هایی که به درمان دارویی پاسخ نمی دهند انجام می شود.