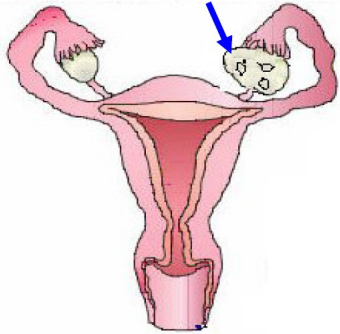




مرکز آموزشی پرستاری و درمانی قائم (ع)

واحد آموزش به بیمار و خانواده

درباره کیست تخمدان چه می دانید؟



با رویکرد آموزش خود مراقبتی به مددجو و خانواده

تاریخ ویرایش: دی ۹۹

تاریخ بازنگری: دی ۱۴۰۱

کد بازنگری: ۰۰۵



با آرزوی سلامتی و بهبودی شما عزیزان

تلفن تماس:

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در درمانگاه مرکزی بیمارستان قائم (عج) اتاق ۱۴ با کادری مجرب روزهای زوج از ساعت ۸:۳۰ تا ۱۱:۳۰ بصورت رایگان آماده پاسخگویی به سوالات شما می باشد.

منبع:

1. <https://medlineplus.gov/ectopicpregnancy.html>

2. <https://www.clinicalkey.com>

۳. بارداری و زایمان ویلیامز، ویراست بیست و چهارم ترجمه

مهرناز ولدان انتشارات ارجمند ۱۳۹۶



۵. معمولاً ۴۸ ساعت بعد از عمل پانسمان تعویض و روز سوم با صلاحدید پزشک ترخیص می شوید.

۶. پس از ترخیص تا یک هفته از غذاهای نفاخ مثل حبوبات و پیاز استفاده نکنید. از مواد غذایی ملین و فیبر دار مانند سبزیجات، میوه و روغن زیتون استفاده کنید تا از یبوست جلوگیری شود
۷. از برداشتن اجسام سنگین (۴ کیلوگرم) و ایستادن به مدت طولانی خودداری کنید.

۸. یک هفته پس از ترخیص به درمانگاه بیمارستان قائم (عج) یا مطب پزشک خود با خلاصه پرونده جهت کشیدن بخیه ها مراجعه کنید.

۹. خانمهای در سنین باروری مطلع باشند در صورتی که جراح مجبور شود یک تخمدان شما را بردارد شما می توانید با یک تخمدان باردار شوید.

۱۰. در صورتی که هر دو تخمدان برداشته شود شما دچار یائسگی شده اید و باید در صورت صلاحدید پزشکتان از جایگزینهای هورمونی استفاده کنید.
۱۱. حتما با جواب پاتولوژی جهت پیگیری درمان به پزشک خود مراجعه کنید.

نکات قابل توجه:

در صورت تب، قرمزی، تورم، ترشح، از زخم ناحیه عمل، هر چه سریعتر به پزشک معالج خود مراجعه کنید.

مددجوی گرامی این برگه آموزشی، حاوی نکاتی جهت افزایش آگاهی شما در ارتباط با کیست تخمدان می باشد. امیدواریم، نکات ذکر شده، پاسخگوی سوالات شما باشد.



کیست تخمدان چیست؟

توده ای حاوی مایع که درون یا روی یک یا هر دو تخمدان رشد می نماید را کیست تخمدان گویند. تخمدانها محل شایعی برای کیست هستند.

انواع کیست تخمدان:

شایعترین نوع آنها کیست فولیکولی است. (فولیکول توده هایی که در طی دوره قاعدگی یک یا چند عدد از آن رشد کرده و تخمک را آزاد می کنند)



علت آن اختلالات هورمونی است که سندرم تخمدان پلی کیستیک گویند.

علائم کیست تخمدان چیست؟

کیستهای کوچک معمولا بدون علامت هستند و کیستهای کوچکتر از ۶ سانتیمتر هیچ مشکلی ایجاد نمی کند و فقط نیاز به پیگیری دارد. اگر کیستها بزرگتر شوند و یا دچار خونریزی یا پارگی شوند، می توانند باعث درد شکمی، حالت تهوع، استفراغ سرگیجه شوند.

تشخیص کیست تخمدان چگونه است:

۱. علائم بالینی
۲. معاینه لگنی
۳. سونوگرافی
۴. ممکن است از لاپاراسکوپ جهت تشخیص نوع کیست و برداشتن کیست استفاده شود.

درمان کیست تخمدان چیست؟

در کیستهای کوچک و ساده و تخمدان پلی کستیک از داروهای ضد بارداری خوراکی برای سرکوب فعالیت تخمدان و کوچک شدن کیست استفاده می شود.

در کیستهای بزرگ، مرکب، مشکوک و دارای اجزای سفت و جامد، عمل جراحی انجام می شود.

آموزش های قبل از عمل:



۱. در صورت اورژانسی بودن عمل جراحی ناشتا بمانید
۲. اگر عمل جراحی اورژانسی نبود می توانید شام سبک میل کنید و از ساعت ۱۲ شب ناشتا بمانید.
۳. برای شما آزمایش خون و رزو خون انجام می شود.
۴. شب قبل از عمل جهت کاهش احتمال عفونت استحمام کنید. طلا و جواهرات، اجسام فلزی، گیره سر، لنز دندان مصنوعی را خارج کنید.

۵. عمل شما تحت بیهوشی عمومی یا نخاعی انجام می شود.

۶. در صورتی که تحت درمان بیماریهای مزمن مانند (دیابت، فشار خون، و غیره) هستید به پزشک یا پرستار خود اطلاع دهید، زیرا در برخی موارد لازم است داروهای شما موقتا قطع یا با داروی دیگری جایگزین شود.



۱. روز اول نباید چیزی بخورید. از زمانی که پرستار به شما اجازه داد، ابتدا رژیم مایعات را شروع کرده و به تدریج با نظر پزشکتان رژیم معمولی را شروع کنید.

۲. درد بعد از عمل طبیعی است و پرستار شما با استفاده از مسکنهای تجویز شده در تسکین درد به شما کمک می کند.

۳. بی حرکتی پس از عمل می تواند سبب رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه گردد، لذا توصیه می شود بعد از عمل تنفسهای عمیق داشته باشید، سرفه های موثر داشته باشید و اندام های تحتانی را در تخت حرکت دهید و چرخش پاها را مرتبا انجام دهید

۴. معمولا روز بعد از عمل سوند ادراری خارج و به شما اجازه داده خواهد شد تخت خود را ترک کنید، در این صورت لازم است ابتدا ۱۵ دقیقه لبه ی تخت نشسته و پاهای خود را آویزان کنید، در صورتی که سرگیجه نداشتید با کمک پرستار از تخت خارج شده و راه بروید.