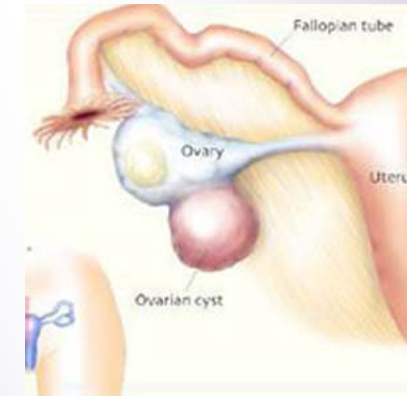




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی



## کیست تخمدان

مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی آیت الله العظمی خاتمی

تهیه کننده:

خانم معصومه فدایی و واحد آموزش سلامت

نوبت بازنگری: اول

تاریخ تصویب: ۹۲/۰۵/۱۵

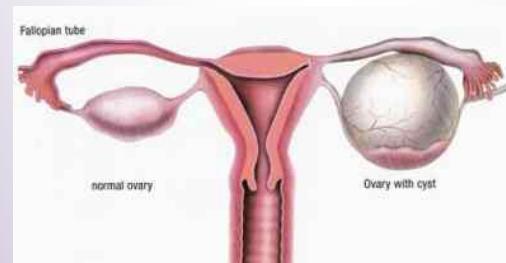
شماره سند: PF-FW-04

## کیست تخمدان:

کیست های تخمدانی ، کیسه های پر از مایع در داخل و یا روی سطح یک تخمدان هستند. خانم ها دارای دو تخمدان هستند که هر کدام به اندازه یک بادام است که در طرفین رحم واقع شده اند. بسیاری از خانم ها ، در زمانی از زندگی شان کیست های تخمدانی دارند. بیشتر کیست های تخمدانی ایجاد ناراحتی برای خانم ها نمی کنند و یا مختصری ناراحتی ایجاد می کنند و اکثرا بی ضرر هستند

## علل بیماری :

بیشتر کیست های تخمدانی در طول کارکرد نرمال چرخه قاعدگی شما درست میشوند . نام آنها کیست های فونکسیونل (عملکردی) است **کیست های فونکسیونل** حول و حوش نیمه سیکل قاعدگی ، از فولیکول تخمک آزاد می شود و سفر خود را به لوله فالوپ در جستجوی اسپرم و باروری آغاز می کند . یک کیست فولیکولر وقتی تشکیل می شود که فولیکول نتواند پاره شود و در نتیجه تخمک آزاد نمی شود و و تبدیل به کیست می شود



## علائم بیماری :

بیشتر کیست ها ، هیچ نشانه ای ایجاد نمی کنند و خود به خود برطرف می شوند . نشانه های کیست تخمدانی اگر موجود باشند عبارتند از:

احساس سبزی زود رس و نفخ شکم

موهای زائد و پر موئی

نامنظمی در سیکل های قاعدگی

درد لگنی: یک درد مداوم و یا متناوب مبهم که ممکن است به قسمت تحتانی پشت و ران های شما تیر بکشد.

درد لگنی حین رابطه جنسی

درد حین اجابت مزاج و یا فشار روی روده ها

احساس پری و سنگینی در زیر دل

احساس تکرر ادرار و یا تخلیه نا کامل ادرار بر اثر فشار

روی مئانه

## تست ها و روش های تشخیصی :

کیست تخمدان شما ممکن است حین معاینه لگنی یافت شود . اگر پزشک به وجود کیست مشکوک باشد ، اغلب تست هایی را برای تعیین دقیق وجود آن و نوع آن درخواست می کند.

## برای تعیین نوع کیست، پزشک شما این روش

## های تشخیصی را پیشنهاد می کند:

**تست حاملگی:** یک تست حاملگی مثبت ممکن است نشان دهنده این باشد که کیست شما از نوع کورپوس لوتئوم است.

**سونوگرافی لگنی:** در این روش بی درد ، یک دستگاه تولید کننده امواج صوتی امواجی را به داخل بافت می فرستد و سپس تصاویر حاصله توسط پزشک سونوگرافست از لحاظ وجود کیست ، سایز آن و محتوای داخلی آن بررسی می شوند.

**طبیعی است که تا چند روز پس از جراحی، خونریزی**

**خفیف و ازینال داشته باشید.**

**رژیم غذایی:**

• کاهش دریافت کالری

• -کاهش دریافت کربوهیدرات : نان ، برنج، ماکارونی،

سیب زمینی

• افزایش دریافت غذاهای غنی از فیبر مانند : سبزیجات

، میوه ها ، حبوبات

• محدود کردن دریافت چربی های اشباع

• مصرف غذاهای تازه احد امکان خودداری از مصرف

غذاهای نمک سود شده و کنسروی و دودی

• کاهش نمک دریافتی

• -مصرف ۲ تا ۳ بار ماهی در هفته



**منابع:**

بیماری های زنان برک و نوک ۲۰۰۷

آندوکرینولوژی زنان و ناباروری اسپیروف - گلس - کیس

بارداری و زایمان ویلیامز (کانینگهم، گنت، لونو، گیلستریپ

هوث، وسترم) ۲۰۱۰

در آوردن کامل تخمدان، خارج می شوند در بعضی موارد کیست های خیلی بزرگ، پزشک برداشتن کامل تخمدان را پیشنهاد می کند. اگر کیست سرطانی باشد، پزشک معمولا برداشت کامل رحم و تخمدان ها (هیستریکتومی) را پیشنهاد می کند.

**اقدامات پس از جراحی:**

• 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. همچنین در دو روز اول پس از جراحی، داروهای مسکن نیز برای شما تجویز می شود. از طرفی ممکن است به علت استفاده از دی اکسیدکربن حین عمل برای باز کردن شکم، در ناحیه شانه ها و قفسه سینه درد داشته باشید. این درد طی چند روز خود به خود ناپدید خواهد شد.

• ممکن است به علت استفاده از لوله راه هوایی در ناحیه نای و طی بیهوشی، گلو درد داشته باشید. مصرف آب نبات و یا قرص های گلو می تواند به کاهش درد کمک کند.

• و به مدت یک هفته از ورزش کردن و بلند کردن اجسام سنگین تر از ۱۰ کیلوگرم اجتناب کنید.

• طبیعی است که به علت بیهوشی، حالت تهوع داشته باشید. شب بعد از جراحی غذاهای سبک مصرف کنید، سپس در روز بعد به رژیم قبلی خود بازگردید. بهتر است به مدت ۴۸ ساعت از نوشیدن نوشابه های گازدار خودداری کنید.

• محل برش ها را تمیز و خشک نگهدارید. برای تمیز کردن آن ها می توانید از آب و صابون استفاده کنید. روز بعد از جراحی می توانید بانداژ روی زخم ها را بردارید.

**لاپاراسکوپي:** در این روش پزشک تحت بیهوشی عمومی یا کمتری، یک لوله باریک دور بین دار را به داخل شکم بیمار فرستاده و تخمدان ها و رحم را مستقیما مشاهده می کند و حتی می تواند کیست را با کمک لاپاراسکوپ بردارد.

**تست خونی: CA125** اگر شما کیست تخمدانی پس از یائسگی ویا کیستی دارید که محتوای آن قسمتی جامد است، چون شانس سرطانی بودن کیست در این موارد بیشتر است، پزشک برای شما این تست را درخواست می کند.

**روش های درمانی:**

درمان بسته به سن شما، نوع کیست و سایز آن و وجود علائمی مثل درد و غیره در شما دارد. پزشک ممکن است به شما این پیشنهادات را بدهد:

**صبر و انتظار:** در بسیاری از موارد به شما توصیه میشود ۲ تا ۳ ماه صبر کنید و سپس مجددا معاینه و سونوگرافی شوید. بسیاری از کیست ها خود به خود در عرض این مدت از بین می روند.

**قرص جلوگیری از بارداری خوراکی:** پزشک ممکن است به شما این قرص ها را به منظور کاهش احتمال تشکیل کیست های جدید تخمدانی در حین سیکل های قاعدگی بعدی بدهد. البته شما نایستی موارد ممنوعیت مصرف قرص را داشته باشید (بارداری، مشکلات قلبی، سردردهای میگرنی، مصرف داروهای ضد انعقاد)

**جراحی:** اگر کیست شما بزرگ باشد (سایز کیست بالای ۸ سانتی متر) پزشک ممکن است به شما جراحی توصیه کند. در مورد کیستهای مشکوک به بدخیمی نیز عموما جراحی توصیه می شود. بعضی کیست ها بدون