

کیست تخمدان

کیست‌های تخمدانی کیسه‌هایی پر از مایع در داخل و یا روی سطح یک تخمدان هستند. خانم‌ها دارای دو تخمدان هستند که هر کدام به اندازه یک بادام است که در طرفین رحم واقع شده‌اند. تخمک‌ها در تخمدان‌ها بوجود آمده و در حین یک سیکل ماهیانه در سال‌های تولید مثل خانم‌ها بالغ می‌شوند. بسیاری از خانم‌ها، در زمانی از زندگیشان کیست‌های تخمدانی دارند. بیشتر کیست‌های تخمدانی ایجاد ناراحتی برای خانم‌ها نمی‌کنند و یا مختصری ناراحتی ایجاد می‌کنند و اکثراً بی‌ضرر هستند.

علل

علل بیماری بیشتر کیست‌های تخمدانی در طول کارکرد نرمال چرخه قاعدگی شما درست میشوند. نام آنها کیست‌های فونکسیونال functional است. سایر انواع کیست‌های تخمدان شیوع کمتری دارند.

نشانه‌های کیست تخمدانی عبارتند از:

- احساس سیری زود رس و نفخ شکم موهای زائد و پر موئی , نا منظمی در سیکل بدهد.
- درد لگنی یک درد مداوم و یا متناوب لگنی حین رابطه جنسی
- درد حین اجابت مزاج و یا فشار روی روده‌ها به قسمت تحتانی پشت شما و ران‌های شما تیر بکشد.
- احساس پری و سنگینی در زیر دل
- درد لگنی حین رابطه جنسی
- درد حین اجابت مزاج و یا فشار روی روده‌ها
- احساس پری و سنگینی در زیر دل
- احساس تکرر ادرار و یا تخلیه نا کامل ادرار

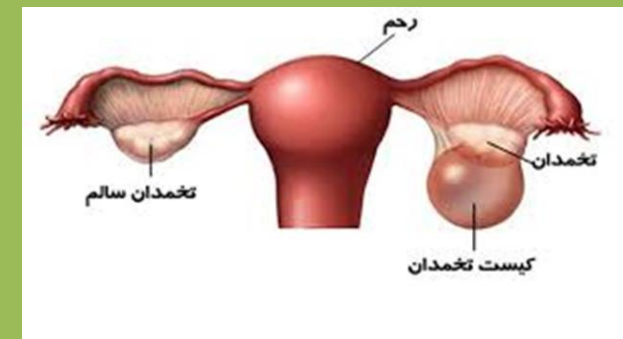
علائم بیماری

بیشتر کیست‌ها هیچ نشانه‌ای ایجاد نمی‌کنند و خود به خود برطرف می‌شوند یک کیست تخمدانی بزرگ می‌تواند سبب درد شکمی شود. اگر کیست روی مثانه فشار وارد بیاورد ممکن است احساس تکرر ادرار به فرد دست بدهد.



تست‌ها و روش‌های تشخیصی

ممکن است حین معاینه لگنی یافت شود. اگر پزشک به وجود کیست مشکوک باشد، اغلب تست‌هایی را برای تعیین دقیق وجود آن و نوع آن درخواست می‌کند. پزشک به سائز کیست و محتوای داخلی آن (جامد یا مایع یا مخلوط) به منظور درمان کیست توجه می‌کند. کیست‌های پر از مایع معمولاً سرطانی نیستند. ولی کیست‌های پر شده از مواد جامد و یا مخلوط جامد و مایع احتیاج به آزمایشات بعدی برای تعیین وجود سرطانی بودن کیست دارند.



پیشگیری

- رژیم غذایی
- کاهش دریافت کالری
- کاهش دریافت کربوهیدرات نان برنج ،
- ماکارونی، سیب زمینی
- افزایش دریافت غذاهای غنی از فیبر مانند سبزیجات ، میوه ها ، حبوبات
- دریافت چربی های اشباع را محدود کنید..
- تا حد امکان غذاهای تازه مصرف کنید و از مصرف غذاهای نمک سود شده و کنسروی و دودی خودداری کنید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمانشاه

مرکز آموزشی درمانی معتضدی

کیست تخمدان

تایید کننده: دکتر مژگان چقاکیبودی (متخصص زنان و زایمان)

تهیه کننده: الهام عزیزی (سوپروایزر آموزش سلامت)

تلفن: ۷۲۴۶۳۵۱-۷۲۴۶۶۹۳

خط مستقیم آموزش به بیمار: ۷۲۶۴۷۹۰

واحد آموزش بیمار داخلی 185

منبع: کتاب زنان و زایمان ویلیامز

www.motazedi.kums.ac.ir

فروردین 1404