

## یا من اسمه دواء و ذکره شفاء

### راهنمای بیمار

### کیست تخمدان



واحد آموزش به بیمار

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

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

۷- بعد از ترخیص از بیمارستان می توانید بصورت روزانه استحمام نمایید . ( البته با تأیید پزشک ) ولی در هر صورت رعایت بهداشت فردی الزامی می باشد .

۸- از خوردن غذاهای نفاخ همچون حبوبات ، شیر ، آبمیوه های صناعی و ... خودداری کنید و سعی کنید غذاهای سبک در حجم کم و غنی از پروتئین مصرف کنید . مصرف آب به میزان فراوان بسیار مفید است .

۹- زمان مراجعه مجدد با صلاحدید پزشک معالج و با در دست داشتن برگه خلاصه پرونده و پس از دریافت جواب پاتولوژی جهت ویزیت مجدد و کشیدن بخیه ها مراجعه فرمایید .

۱۰- بعد از عمل ، در صورت مشاهده هر کدام از علائم زیر حتما به پزشک خود و در صورت عدم دسترسی به اورژانس بیمارستان مراجعه نمائید : **تب-درد شدید شکم-عدم دفع گاز-تهوع و استفراغ طول کشنده - خونریزی واژینال-ترشحات بدبو از محل زخم-تب و لرز**

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

### مراقبت های پس 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 پرستار برای اولین بار ) از تخت پایین آمده و راه بروید . راه رفتن را به طور مرتب انجام دهید .

۳- بهتر است هر ۲ ساعت یکبار نفس عمیق بکشید 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 دست خود حمایت کنید .

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

## تشخیص کیست

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

**درمان کیست:** معمولاً به یکی از روش های زیر انجام می پذیرد :

\* **دارو درمانی:** در بیشتر موارد درمان دارویی می تواند کیست را کاملاً 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 . معمولاً این کار در مورد کیست های مشکوک و یا بسیار بزرگ و کیست هایی که به درمان دارویی پاسخ نمی دهند انجام می شود .

## شایعترین علائم کیست تخمدان که در صورت بروز

### آن باید به پزشک مراجعه نمود:

- احساس درد مبهم ( و گاه درد های تیز ) که معمولاً 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 ماهانه
- لکه بینی در میانه ماه یا خونریزی های ماهانه غیر منظم
- پر مویی
- علائم عمومی تری مانند سرگیجه ، سردرد ، تهوع و ...

## کیست تخمدان

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 تشخیص داده شود ، اما در بعضی موارد کیست تخمدان باعث بروز علائمی می شود .

