

پیچ خوردگی تخمدان مشکلی شایع بین خانم ها است که نام علمی آن تورشن است. این مشکل یک علت غیر شایع درد شکمی در خانم ها است. همچنین اکثر جراحی های اورژانسی که در حیطه زنان انجام می شود، به دلیل پیچ خوردگی تخمدان است و این بیماری باید سریع تشخیص داده شده و درمان شود. البته نوع درمان، اورژانسی است به این دلیل که تاخیر در شروع درمان باعث از دست رفتن تخمدان مبتلا شده و هرچه درمان به تاخیر بیفتد احتمال مرگ بیمار بالاتر می رود، به بیان ساده می توان گفت اگر بیمار به موقع مراجعه و درمان نشود ممکن است جان خود را از دست بدهد. در نتیجه می توان گفت اگر به موقع بیمار را به بیمارستان انتقال دهند، می توان از به وجود آمدن مشکلاتی از این قبیل پیشگیری کرد.

تخمدان دو فعالیت اصلی دارد یکی عمل **تخمک گذاری** و دیگری ترشح هورمون استروژن. اگر تخمدان در یک خانم به هر دلیلی از بین برود و عدم فعالیت داشته باشد، عوارض ناشی از کمبود هورمون استروژن در بیمار بروز پیدا می کند. در ظاهر بیمار تغییراتی ایجاد می شود و باعث از دست رفتن جوانی و **شادابی پوست** می شود، **گرگرفتگی**، **پوکی استخوان**، **خشکی واژن**، اختلال در تخمک گذاری و حتی **نازایی** از دیگر عوارض عدم فعالیت تخمدان هاست.

پیچ خوردگی و یا پیچیدن تخمدان زمانی رخ می دهد که یک تخمدان به طور ناگهانی پیچ می خورد و جریان خون به سمت آن متوقف می شود. اگر این اتفاق بیافتد، درد ناگهانی و شدیدی در یک طرف از قسمت تحتانی شکم آغاز می شود.

**با افزایش سن، خطر پیچ خوردگی تخمدان کم می شود**

پیچ خوردگی تخمدان در زنان در سنین باروری شایع تر است، بنابراین اگر شما یائسه هستید، خیالتان راحت باشد. در زنان جوان، بافت سیستم تخمدان انعطاف پذیرتر است و تخمدان می تواند حرکت کند و با تغییرات هورمونی پیچ و تاب بخورد. پس از سال های باروری، تخمدان کوچک تر شده و کمتر احتمال دارد دچار پیچ خوردگی شود، مگر اینکه یک کیست یا توده وجود داشته باشد. بنابراین نباید گفت بروز این مشکل در زنان مسن و یا دختران نابالغ غیرممکن است. حتی مواردی دیده شده دخترانی در دوران جنینی دچار این مشکل شده اند.

**کیست تخمدان بیشتر، برابر است با خطر بیشتر**

هر چند برای تخمدان بدون کیست نیز این امکان وجود دارد که دچار پیچ خوردگی شود، اما داشتن یک کیست یا توده در تخمدان، احتمال بروز پیچیدگی تخمدان را بیشتر خواهد کرد. دلیل آن است که کیست می تواند وزن نابرابر در این ارگان ایجاد کند. زنان مبتلا به سندرم تخمدان پلی کیستیک (یک بیماری هورمونی که با کیست کوچک در تخمدان ها همراه است) قطعاً در معرض خطر بالاتری قرار دارند. در حالی که بسیاری از کیست ها خوش خیم هستند، اما آنها گاهی اوقات تبدیل به سرطان می شوند. در هر صورت، شما نیاز به درمان خواهید داشت. اگر مشکل فقط تخمدان پیچ خورده است، شما نیاز به جراحی لاپاروسکوپی برای باز کردن پیچ و تاب تخمدان دارید.

**درمان های ناباروری می تواند احتمال پیچش را بالا ببرد**

این داروها ضمن اینکه به بارداری شما کمک می کنند، تمایل دارند که اندازه ی تخمدان را بزرگ تر کنند و بزرگ تر شدن این ارگان احتمال پیچ خوردن آن را افزایش می دهد.

برای به حداقل رساندن خطر ابتلا به پیچ خوردگی، باید از انجام ورزش هایی مانند پریدن و یا هر تمرین ورزشی شدیدی خودداری کرد، ولی ورزش های منظم و آرام مفیدند، برای مثال ورزشی مانند یوگا مفید است، اما ورزش های رزمی، نه!

**قرص های ضدبارداری کمک کننده اند**

علاوه بر کاهش خطر ابتلا به برخی سرطان ها و پاکسازی پوست، قرص های ضد بارداری و دیگر اشکال داروهای هورمونی ضدبارداری می توانند به جلوگیری از تشکیل کیست در تخمدان ها کمک کنند و امکان پیچ خوردگی این ارگان را کاهش دهند.

**طول زیاد لوله فالوپ مشکل زاست**

حتماً تا به حال دیده اید که برخی از افراد به طور غیر طبیعی انگشتان کوتاهی دارند و یا پاهای بلندی دارند. همین تغییرات اندازه می تواند در لوله های فالوپ (لول های رحمی) نیز اتفاق بیافتد. طول بیش از اندازه ی لوله های فالوپ احتمال پیچ خوردن تخمدان ها را بالا می برد.

**مراقب درد سمت راست و پایین، شکم تان باشید**

بیشتر احتمال دارد که چرخش تخمدان در سمت راست رخ دهد. اما اگر شما از درد سمت راست و پایین شکم شکایت داشتید، احتمالاً پزشک برای رد کردن احتمال آپاندیسیت، سی تی اسکن را انجام می دهد. بنابراین بهتر است این طور بگوییم که گاهی چرخش تخمدان با آپاندیسیت اشتباه گرفته می شود.

**همیشه تخمدان از دست نمی رود**

با اینکه پیچ خوردگی تخمدان جریان خون به تخمدان را قطع می کند، اما لزوماً به این معنی نیست که تخمدان دیگر کار نمی کند. حتی اگر تخمدان کیود و تیره شده باشد، طی یک جراحی، پیچ و تاب آن را باز می کنند و تخمدان را به حال خودش باقی گذاشته و آن را پایش می کنند، در بسیاری موارد دیده شده که تخمدان به مرور زمان بهبود پیدا کرده است. اگر تخمدان بهبود پیدا نکرد، برای جلوگیری از عفونت آن را از بدن خارج می کنند. از آن جا که یک تخمدان دیگر هنوز در بدن وجود دارد، نباید نگران نازایی باشیم.

**مراقبت های بعد از جراحی کیست تخمدان**

۱. بعد از **لاپاراسکوپی** امکان درد تا دو روز وجود دارد برای بهبودی از داروهای مسکنی که پزشک متخصص خود تجویز کرده مصرف کنید.
۲. امکان کیودی به همراه درد خفیف بعد از جراحی در محل زخم وجود دارد که نگران کننده نیست و در کوتاه مدت بهبود می یابد.
۳. امکان احساس درد در قسمت قفسه سینه و شانه ها وجود دارد این به دلیل استفاده از گاز در حین جراحی **لاپاراسکوپی** می باشد که بعد از چند روز بهبودی حاصل می شود.
۴. در روز جراحی رانندگی نکنید و تا یک هفته فعالیت سنگین انجام ندهید.
۵. استفاده از مایعات گازدار خودداری کنید.
۶. شب قبل از جراحی غذای سبک بخورید.



دانشگاه علوم پزشکی شیراز



مرکز آموزش درمانی شهید دکتر فقیهی

## علت و راه درمان پیچ خوردگی تخمدان



تهیه کننده:

معصومه زارعی - کارشناس پرستاری

تایید کنند ه:

دکتر زهرا شیروانی

(متخصص زنان، فلوشیپ آنکولوژی)

منابع:

پرستاری داخلی جراحی برونرسودارث ۲۰۱۸

تابستان ۱۴۰۰

EDU-PT-108/B

های بعد از جراحی لاپاروسکوپی یا لاپاروتومی به ارانه بالینی، مقدار خون در شکم، شرایط بیمار بستگی دارد. بیشتر خونریزی را می توان با بخیه، کوترکتیو، سیستکتومی یا رزکسیون گوه ای متوقف کرد. گاهی اوقات، سالپینوئوفورکتومی ضروری است. اکثر کیستها "عملکردی" هستند. آنها بخشی از چرخه ماهانه شما هستند.

### مدیریت کیست تخمدان

بسیاری از بیماران مبتلا به کیست تخمدان ساده که از طریق معاینه اولتراسونوگرافی تشخیص داده می شوند، نیاز به درمان ندارند. در یک بیمار پس از یائسگی، یک کیست مستمر ساده که دارای ابعادی کمتر از ۱۰ سانتیمتر می باشد، ممکن است با معاینات سونوگرافی تشخیص داده شده و مدیریت شود.

### کیست تخمدان جنینی

**کیست تخمدان جنینی** ناشی از تحریک هورمونی، مانند گنادوتروپین جنین، استروژن مادر و hCG جسمی است. علاوه بر این، ارتباط بین کیست تخمدان جنینی و دیابت مادر و کم کاری تیروئید جنین مشخص شده است.

بیشتر کیست تخمدان جنین در طی چند ماه اول زندگی کوچک و پیچیده هستند و از اهمیت بالینی برخوردار نیستند. آنها معمولاً در سه ماهه سوم بارداری تشخیص داده می شوند و بیشتر در ۲ تا ۱۰ هفته پس از بزرگ می شوند. سونوگرافی داخل رحمی برای تشخیص این نوع از کیست تخمدان ضروری است. آسپیراسیون بر روی این کیست ها می تواند انجام شود، اما با عوارض مانند عفونت و پیشرفت زودرس همراه است

هنگامی که تشخیص کیست تخمدان جنینی انجام می شود، مهم است که انجام معاینات سونوگرافی سریال برای تشخیص هرگونه تغییر ساختاری در اندازه یا ظاهر یا عوارض مانند هیدرامنیا، آسیت یا پیچشی انجام شود. از این عوارض، تورفتگی تخمدان، جدی ترین عارضه کیست تخمدان جنین است و ممکن است به علت تحریک پریوتون، به عنوان تاکی کاردی جنین شناخته شود.

۷. برای بهبودی و عدم عفونت جای زخم آن را با محلول آب و صابون شستشو دهید و یک روز بعد از جراحی می توانید پانسمان روی زخم را بردارید.

۸. در محل واژینال امکان خونریزی وجود دارد که جای هیچ گونه نگرانی نیست زیرا موقتی بوده و بهبودی حاصل می شود.

### چه زمانی برای درمان کیست تخمدان به پزشک مراجعه کنیم ؟

در برخی موارد درمان اورژانسی برای کیست تخمدان نیاز اضطراری داشته باشید. در صورتی که علائمی به شرح ذیل دارید، به پزشک متخصص زنان مراجعه کنید:

- درد به همراه تب
- درد ناگهانی و شدید شکم
- احساس سرماخوردگی به همراه ضعف
- تنفس سریع

گاهی اوقات پزشک شما در طی آزمایش معده (زنانه) کیست پیدا می کند. دکتر شما سوالاتی در مورد درد و سایر علائم شما خواهد پرسید. او ممکن است برای تشخیص دقیق تر سونوگرافی تجویز کند تا بتوان جزئیات کیست را مشاهده کرد. او همچنین ممکن است برخی از آزمایشهای خون را برای تشخیص دقیق تر انجام دهد.

### پارگی کیست تخمدان

بیماران مبتلا به پارگی کیست معمولاً به صورت محافظه کارانه کنترل می شوند. مراقبت های پزشکی شامل درمان سرپایی و استفاده از داروهای خوراکی در بیمار می باشد، برای جلوگیری از پارگی کیست تخمدان پزشک از روش های تصویربرداری یا آزمایش های سرپایی شکم استفاده می شود و برای تسکین درد داروهای موضعی ضد درد مانند استامینوفن خوراکی یا پمپ های انفجاری برای کنترل بیمار (PCA) استفاده می شود. اگر خونریزی ادامه یابد نگران کننده است یا اگر بیمار همودینامیک ناپایدار داشته باشد، جراحی کیست تخمدان انجام می شود. مراقبت