



عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در پیچ خوردگی تخمدان

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
INS-PR-13/A	۱ از ۷	۱۴۰۲/۲/۵	۱۴۰۱/۲/۵	۱۳۹۹/۲/۲۰

تعریف بیماری پیچ خوردگی تخمدان:

پیچ خوردگی یا تورشن تخمدان در نتیجه پیچ خوردن تخمدان دور رباطهای نگهدارنده تخمدان بوجود می آید. این پیچ خوردگی باعث شده خون به تخمدان و لوله فالوپ نرسد. چون خون کافی به تخمدان پیچ خورده نمی رسد، با درد شدید و علائم دیگر همراه است. چنانچه مشکل خونرسانی مدتی طولانی ادامه داشته باشد، قطع خونرسانی منجر به مرگ بافت می شود. تورشن تخمدان معمولاً فقط بر یک تخمدان اثر می گذارد. این عارضه در اصطلاح پزشکی تورشن گفته می شود.

علل شایع بروز پیچ خوردگی تخمدان :

- کیست تخمدان
- مصرف قرص های ضدبارداری
- طول بیش از اندازه ی لوله های تخمدان
- بالا بودن سطح هورمون ها در دوران بارداری
- بستن لوله های رحم
- درمانهای هورمونی که معمولاً برای ناباروری و تحریک تخمدان ها انجام می شود.

علائم:

- احساس گرفتگی عضلات شکم
- بروز درد شدید و ناگهانی در ناحیه پائین شکم
- تهوع
- استفراغ
- احساس درد شدید در لگن
- تب
- خونریزی غیر نرمال

تشخیص:



عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در پیچ خوردگی تخمدان

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
INS-PR-13/A	۲ از ۷	۱۴۰۲/۲/۵	۱۴۰۱/۲/۵	۱۳۹۹/۲/۲۰

– علائم بالینی

– سونوگرافی

– CT اسکن

درمان:

جراحی درمان پیچ خوردگی تخمدان به یکی از دو روش زیر انجام می شود:

– **لاپاراسکوپی:** در این روش برش کوچکی در قسمت پایین شکم ایجاد شده و بوسیله ابزار ظریف و مجهز به منبع نوری از راه این برش وارد بدن می شوند . سپس تخمدان را با وسیله ای می چرخانند و به حالت اصلی برمی گردانند. جراحی لاپاراسکوپی تخمدان تحت بیهوشی عمومی انجام می شود و معمولاً سرپایی است. چنانچه بیمار باردار باشد، پزشک روش لاپاراسکوپی را توصیه می کند.

– **لاپاراتومی:** در این روش برش بزرگتری از برش لاپاراسکوپی در پایین شکم ایجاد شده تا دسترسی به تخمدان پیدا شود و جراح بتواند آن را با دست بچرخاند و در حالت اصلی قرار دهد. عمل لاپاراتومی تحت بیهوشی عمومی انجام شده و بیمار باید بستری شود.

عارضه احتمالی بعد از عمل جراحی نیز شامل موارد زیر می باشد:

- لخته شدن خون یا خونریزی شدید
- عفونت
- تشکیل بافت اسکار در محل زخم
- آسیب به عصب
- آسیب دیدن مجاری ادراری یا اندامهای مجاور
- فتق به دلیل ضعیف شدن عضلات شکم



عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در پیچ خوردگی تخمدان

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
INS-PR-13/A	۳ از ۷	۱۴۰۲/۲/۵	۱۴۰۱/۲/۵	۱۳۹۹/۲/۲۰

نکات آموزشی:

- مدت و چگونگی دوران بهبود بعد از جراحی تخمدان به عوامل متعددی، مانند نوع جراحی بستگی دارد. جراحی لاپاراسکوپی فقط به یک روز بستری شدن نیاز دارد، اما در جراحی باز شکم، بیماران دو روز یا بیشتر بعد از در بیمارستان بستری می شوند. مراقبت های بعد از عمل به شرایط هر بیمار بستگی دارد، توصیه های عمومی مربوط به دوران بهبود بعد از جراحی تخمدان عبارت است از:
- استراحت قبل از جراحی و در طول دوران بهبود
 - داشتن نفسهای عمیق و آرام
 - خودداری از بلند کردن اشیاء سنگین یا ورزش کردن
 - نداشتن رابطه جنسی تا زمان بهبودی کامل و با نظر پزشک معالج
 - در دوران بهبود از تامپون استفاده نشود.
 - تغییر رژیم غذایی برای جلوگیری از یبوست و در صورت لزوم مصرف دارو برای درمان یبوست
 - پرهیز از قرار گرفتن در موقعیت هایی، مانند حمام کردن یا پوشیدن لباس تنگ یا تهیه شده از الیاف مصنوعی، که خطر عفونت در آنها وجود دارد.
 - آنتی بیوتیک های تجویز شده به موقع مصرف شده و دوره آنتی بیوتیک کامل شود.
 - در صورت بروز درد از داروهای مسکن تجویز شده استفاده شود.
 - درد و حساسیت در ناحیه عمل و احساس کشیدگی و سوزش ممکن است برای چند ماه باقی بماند.
 - همچنین پزشک معالج دستورات لازم را برای مراقبت از زخم ارائه می دهد که شامل روش تمیز کردن زخم، خشک نگه داشتن ناحیه و تحت نظر گرفتن علائم و نشانه های عفونت می باشد.
- این علائم شامل:

- تب، لرز و تعریق
- قرمزی
- بوی نامطبوع و خروج ترشحات از ناحیه عمل
- درد ناگهانی و شدید شکم



عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در پیچ خوردگی تخمدان

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
INS-PR-13/A	۴ از ۷	۱۴۰۲/۲/۵	۱۴۰۱/۲/۵	۱۳۹۹/۲/۲۰

• و تنفس سریع می باشد.

آموزش حین ترخیص:

- در صورت مشاهده هر کدام از علائم نشان دهنده عفونت فورا به پزشک مراجعه شود این علائم شامل:
 - تب
 - قرمزی در محل برش جراحی
 - تورم در محل برش جراحی
 - درد در محل برش جراحی
 - گرمی پوست در محل برش جراحی در هنگام لمس
 - خروج ترشحات چرکی در محل برش جراحی می باشد.
- در هنگام مراجعه به مرکز درمانی حتما مدارک قبلی و داروهای مصرفی را به همراه داشته باشید. داروها به موقع و سر وقت مصرف شود و در صورت وجود هر گونه عارضه ای و حساسیت به دارو با پزشک مشورت شود.
- جهت رفع هر گونه ابهام و سوال در رابطه با بیماری، داروها و .. شماره داخلی بخش (۳۲۱۲۵۲۱۶) می باشد.

فعالیت:

- توصیه می شود که فعالیت ورزشی به صورت منظم و سبک صورت گیرد.
- 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!

رژیم غذایی:

- بر حسب تحمل بیمار مواد غذایی مثل برنج، سیب زمینی آب پز، گوشت بدون چربی، نان، چای، میوه های پخته و سبزیجاتی که ایجاد نفخ می کنند را به تدریج به رژیم غذایی اضافه شود.



عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در پیچ خوردگی تخمدان

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
INS-PR-13/A	۵ از ۷	۱۴۰۲/۲/۵	۱۴۰۱/۲/۵	۱۳۹۹/۲/۲۰

سایر نکات آموزشی:

مدت و چگونگی دوران بهبود بعد از جراحی تخمدان به عوامل متعددی، مانند نوع جراحی بستگی دارد. جراحی لاپاراسکوپی فقط به یک روز بستری شدن نیاز دارد، اما در جراحی باز شکم، بیماران دو روز یا بیشتر بعد از در بیمارستان بستری می شوند. مراقبت های بعد از عمل به شرایط هر بیمار بستگی دارد، توصیه های عمومی مربوط به دوران بهبود بعد از جراحی تخمدان عبارت است از:

- استراحت قبل از جراحی و در طول دوران بهبود
 - داشتن نفسهای عمیق و آرام
 - خودداری از بلند کردن اشیاء سنگین یا ورزش کردن
 - نداشتن رابطه جنسی تا زمان بهبودی کامل و با نظر پزشک معالج
 - در دوران بهبود از تامپون استفاده نشود.
 - تغییر رژیم غذایی برای جلوگیری از یبوست و در صورت لزوم مصرف دارو برای درمان یبوست
 - پرهیز از قرار گرفتن در موقعیت هایی، مانند حمام کردن یا پوشیدن لباس تنگ یا تهیه شده از الیاف مصنوعی، که خطر عفونت در آنها وجود دارد.
 - آنتی بیوتیک های تجویز شده به موقع مصرف شده و دوره آنتی بیوتیک کامل شود.
 - در صورت بروز درد از داروهای مسکن تجویز شده استفاده شود.
 - درد و حساسیت در ناحیه عمل و احساس کشیدگی و سوزش ممکن است برای چند ماه باقی بماند.
 - همچنین پزشک معالج دستورات لازم را برای مراقبت از زخم ارائه می دهد که شامل روش تمیز کردن زخم، خشک نگه داشتن ناحیه و تحت نظر گرفتن علائم و نشانه های عفونت می باشد.
- این علائم شامل:

- تب، لرز و تعریق
- قرمزی
- بوی نامطبوع و خروج ترشحات از ناحیه عمل
- درد ناگهانی و شدید شکم
- و تنفس سریع می باشد.
- عارضه احتمالی پیچ خوردگی تخمدان شامل موارد زیر می باشد:
- عفونت



بسمه تعالی
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی



عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در پیچ خوردگی تخمدان

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
INS-PR-13/A	۶ از ۷	۱۴۰۲/۲/۵	۱۴۰۱/۲/۵	۱۳۹۹/۲/۲۰

- تجمع آب در بافت کلیه و نهایتاً نارسایی کلیه بوده که باید به بیمار/ همراه بیمار تاکید نمایید.

برونر و سودارث. پرستاری داخلی- جراحی تولید مثل و بیماریهای پستان. ترجمه دکتر میترا زندی. تهران: نشر بشری، ۱۳۹۸. آموزش به بیمار (دکتر خدیجه نصریانی) ۱۳۹۴	منابع و مراجع
افسون توفیق (مسئول آموزش به بیمار)- لیلا منصورآبادی (سرپرستار بخش جراحی زنان)	تهیه کنندگان
دکتر زهرا شیروانی (متخصص زنان، فلوشیپ آنکولوژی)	تایید کننده

