



بنام خداوند جان و خرد

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی دنا

بخش آموزش به بیمار

اندومتریوز

شناسنامه بروشور آموزشی

عنوان	اندومتریوز
تهیه کننده	دفتر آموزش به بیمار
تأیید کننده	دکتر گلنار سرور
سمت	متخصص زنان
تاریخ تهیه/به روز رسانی	بهار ۱۴۰۵
ناظر کیفی	سوپروایزر ارتقاء سلامت
منبع/منابع	بیماری های زنان دنفورث
کد بروشور آموزشی	W-TP-076 R02

www.denahospital.com

شیراز، چهار راه ستارخان، کوی دنا، بیمارستان دنا

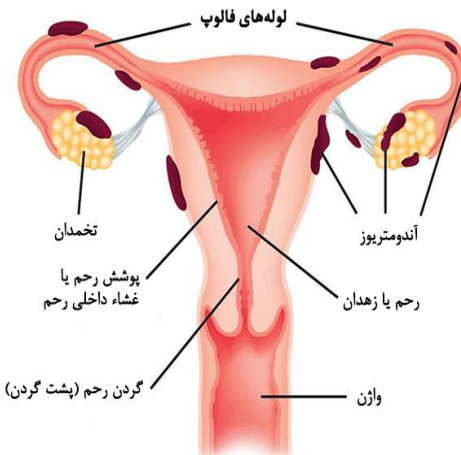
تلفن: ۰۷۹-۳۶۴۹۰۴۱۱ فاکس: ۳۶۴۹۰۴۳۳

واحد پرستار پیگیر: داخلی ۲۶۳- ساعت ۱۳-۸



اسکنر گوشی موبایل را بروی کد روبرو
بگیرید تا به قسمت بروشورهای آموزشی
دسترسی پیدا کنید.

علائم بیماری اندومتریوز



توجه:

در موارد زیر باید بیمار بلافاصله با دکتر تماس بگیرد و
یا به بیمارستان مراجعه کند:

- ✓ ترشح از زخم، باز شدن زخم یا التهاب آن
- ✓ باد کردن شکم، عدم توانایی در دفع گازهای روده
- ✓ تنگی نفس

تغذیه بعد از عمل آندومتریوز:

- ✓ شامل افزایش مصرف اسیدهای چرب امگا ۳
- ✓ ماهی، روغن گردو، روغن دانه کتان
- ✓ پرهیز از مصرف گوشت گاو، لبنیات، گندم و شکر
- ✓ افزایش مصرف فیبر
- ✓ تعدیل مقادیر استروژن
- ✓ پرهیز از مصرف کافئین و الکل
- ✓ پرهیز از مصرف غذاهای تصفیه شده و افزودنی ها
- ✓ کاهش یا پرهیز از مصرف فرآورده های سویا
- ✓ نوشیدن مقدار زیاد آب معدنی یا آب تصفیه شده

اندومتريوز:

به معنی رشد بافت داخلی رحم در جایی بیرون از رحم است. لگن شایع ترین محل بروز آندومتريوز است. در این بیماری بافت اندومتر (لایه داخلی رحم) در بیرون از محل اصلی خود (رحم) تشکیل می‌شود. این بافت می‌تواند در تمام بافت‌های بدن به جز طحال به وجود آید، ولی رایج‌ترین محل پدید آمدن آن، لگن است که در این قسمت هم، تخمدان‌ها بیشتر گرفتار اندومتريوز می‌شوند.

در آندومتريوز، بافت‌های اطراف ممکن است تحریک شوند و در نهایت موجب زخمی شدن بافت و چسبندگی گردد. آندومتريوز می‌تواند باعث درد شدید، مخصوصاً در دوران عادت ماهانه گردد. مشکلات بارداری نیز ممکن است بوجود آورد.

علائم آندومتريوز:

✓ اولین علامت آندومتريوز، درد لگن می‌باشد که اغلب همراه با عادت ماهانه است. این درد با گذشت زمان بدتر می‌شود. درد لگن و گرفتگی عضلات ممکن است قبل از عادت ماهیانه شروع شده و چندین روز بعد از عادت ماهیانه ادامه داشته باشد.

✓ عادت ماهانه دردناک (دیسمنوره)

✓ درد در طی و یا بعد از نزدیکی

علائم آندومتريوز:

✓ درد هنگام اجابت مزاج و ادرار کردن: ممکن است این درد در طی عادت ماهیانه وجود داشته باشد.
✓ خونریزی بیش از حد: ممکن است در طی عادت ماهانه خونریزی بیش از حد وجود داشته باشد و یا بین دو قاعدگی، خونریزی وجود داشته باشد.
✓ نازایی در برخی زنان

دیگر علائم شامل خستگی، اسهال، یبوست، نفخ و یا تهوع که ممکن است در طول عادت ماهیانه وجود داشته باشند. شدت درد همیشه نشانه مطمئنی برای این بیماری نمی‌باشد. برخی زنان مبتلا دارای درد شدید هستند، در حالی که برخی دیگر درد کمی دارند و یا اصلاً درد ندارند. آندومتريوز گاهی اوقات با برخی بیماری‌ها مانند بیماری‌های التهابی لگن و یا کیست تخمدانی اشتباه گرفته می‌شود.

آندومتريوز گاهی با سندروم روده تحریک پذیر نیز (IBS) اشتباه می‌شود. این سندرم باعث اسهال، یبوست و درد شکم می‌شود.

مراقبت های بعد از عمل:

بعد از عمل جراحی، بسته به نظر پزشک بیمار چند روز بستری و جهت جلوگیری از عفونت برای بیمار آنتی‌بیوتیک و نیز مسکن تجویز می‌شود.

مراقبت های بعد از عمل:

در صورتی که عمل جراحی از طریق شکم انجام شده باشد، بهبودی به ۶-۸ هفته زمان نیاز دارد. در این صورت بیمار نباید فعالیت‌های سنگین انجام دهد، بخصوص در دو هفته اول باید استراحت کامل داشته و از بلند کردن اجسام خودداری کند. اما بعد از آن می‌تواند کم کم کارهای سبک را انجام دهد. بعد از توقف خونریزی، کاهش درد و فشار بر لگن بیمار می‌تواند فعالیت‌های خود را از سر بگیرد. در حوالی هفته ششم نیز می‌تواند فعالیت‌های جنسی را آغاز نماید. البته تا ۳ ماه بعد از عمل باید کماکان از انجام فعالیت‌های سنگین خودداری نماید.

توجه:

در موارد زیر باید بیمار بلافاصله با دکتر تماس بگیرد و یا به بیمارستان مراجعه کند:

- ✓ خونریزی شدید واژینال
- ✓ تب ۳۸ درجه سانتی گراد یا بالاتر
- ✓ هر گونه بی اختیاری ادرار، نشت یا قطره قطره آمدن ادرار یا درد در موقع ادرار کردن
- ✓ درد شدید در واژن، شکم، ساق پا یا قفسه سینه