

تورشن تخمدان (پیچ خوردگی تخمدان) مشکل شایعی بین خانم ها است و یک علت غیر شایع درد شکمی در خانم ها بوده و اکثر جراحی های اورژانسی که در حیطه زنان انجام می شود. به دلیل پیچ خوردگی تخمدان است . بنابر این بیماری باید سریع تشخیص داده شده و بصورت اورژانسی درمان شود. چون تاخیر در شروع درمان باعث از دست رفتن تخمدان مبتلا شده و هر چه که درمان بیمار به تاخیر بیفتد احتمال مرگ بیمار بالاتر است.

بطور کلی تخمدان دو فعالیت اصلی دارد که یکی عمل تخمک گذاری و دیگری ترشح هورمون استروژن است. اگر تخمدان در یک خانم به هر دلیلی از بین رفته و فعالیت نداشته باشد. عوارض ناشی از کمبود هورمون استروژن در بیمار بروز پیدا می کند و در ظاهر بیمار تغییراتی مانند از دست رفتن جوانی و شادابی پوست، گر گرفتگی، پوکی استخوان، خشکی واژن ، اختلال در تخمک گذاری و حتی نازایی دیده میشود.

پیچ خوردگی تخمدان زمانی رخ می دهد که یک تخمدان به طور ناگهانی پیچ خورده و جریان خون به سمت آن متوقف شود.

در این صورت درد ناگهانی و شدیدی در یک طرف از قسمت تحتانی شکم آغاز میشود.

علل پیچ خوردگی تخمدان:

- تغییرات هورمونی در سنین باروری
- وجود کیستهای تخمدان
- انجام درمانهای ناباروری
- انجام ورزش هایی مانند پریدن و یا ورزش های شدید
- طول بیش از حد لوله های فالوپ

در زنان جوان بافت تخمدان انعطاف پذیر تر بوده و تخمدان میتواند حرکت کند و با تغییرات هورمونی پیچ و تاب بخورد . بنابر این پیچ خوردگی تخمدان در زنان در سنین باروری شایع تر است . پس از سالهای باروری تخمدان کوچکتر شده و کمتر احتمال دارد که دچار پیچ خوردگی شود. مگر اینکه کیست یا توده ای وجود داشته باشد. بنابراین با افزایش سن خطر پیچ خوردگی تخمدان در زنان کم میشود. با این وجود نمی توان گفت که بروز این مشکل در زنان مسن و یا دختران نابالغ غیر ممکن است.

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 . یعنی کیست تخمدان بیشتر برابر با خطر بیشتری در پیچ خوردگی تخمدان است.

زنان مبتلا به سندرم تخمدان پلی کیستیک بیماری هورمونی که با کیستهای کوچک در تخمدان همراه است. در معرض خطر بالاتر قرار دارند. در حالی که بسیاری از کیستها خوش خیم هستند، اما گاهی اوقات تبدیل به سرطان می شوند .حال اگر مشکل فقط تخمدان پیچ خورده باشد نیاز به جراحی و یا لاپاروسکوپی برای باز کردن پیچ و تاب تخمدان دارید.

درمان ناباروری میتواند احتمال پیچش را بالا ببرد این داروها ضمن اینکه به بارداری شما کمک می کنند. تمایل دارند که اندازه تخمک را بزرگتر کنند و بزرگ تر شدن این ارگان احتمال پیچ خوردگی آن را افزایش می دهد. برای به حداقل رساندن خطر ابتلا به پیچ خوردگی تخمدان باید از انجام ورزش هایی مانند پریدن و یا هر تمرین ورزشی شدیدی مانند ورزشهای رزمی خودداری کنید.



مجتمع بیمارستانی امام رضا (ع)
مدیریت خدمات پرستاری - آموزش به بیمار

تورشن تخمندان

(پیچ خوردگی تخمدان)

منبع برونر سودارث 2022

- ولی ورزشهای منظم و آرام مفیدند. مانند یوگا، پیاده روی و...
- مصرف قرصهای ضد بارداری، علاوه بر کاهش خطر ابتلا به برخی سرطانها و پاکسازی پوست می توانند به جلوگیری از تشکیل کیست در تخمدان ها کمک کرده و امکان پیچ خوردگی تخمدان را کاهش دهند همچنین طول بیش از اندازه لوله فالوپ هم احتمال پیچ خوردگی تخمدانها را بالا میبرد.
- بیشتر احتمال دارد که چرخش تخمدان در سمت راست رخ دهد. بنابر این در صورتی که علائمی مانند درد در سمت راست و پایین شکم داشتید به پزشک مراجعه کنید پزشک هم برای رد کردن احتمال آپاندیسیت سی تی اسکن انجام داده و تشخیص بیماری قطعی میشود که درمان جراحی است. ولی لزوما به این معنا نیست که تخمدان دیگر کار نمی کند و از دست رفته است. هرچند پیچ خوردگی تخمدان جریان خون به تخمدان را قطع کرده و ممکن است تخمدان کبود با تیره شده باشد. ولی با جراحی پیچ و تاب آن باز شده و به مرور بهبود پیدا می کنند.
- آموزش های زمان ترخیص:
- ۲۴ تا ۴۸ ساعت پس از عمل می توانید پانسمان را برداشته و ۷-۱۰ روز بعد از عمل بخیه ها را بکشید.
- محل زخم را همواره تمیز نگهداشته و مرتب دوش بگیرید
- به هیچ وجه از وان برای استحمام استفاده نکنید
- احساس درد بعد از عمل طبیعی است.
- از مسکن طبق دستور پزشک استفاده کنید
- از بلند کردن اجسام سنگین که باعث افزایش فشار به بافتهای در حال ترمیم میشود. خودداری کنید.
- نفخ و کرامپ روده ها از علل شایع درد بعد از عمل است، که موقتی است و با بهبود حرکات روده ای و دفع گاز احساس درد بعد از عمل کمتر خواهد شد.
- مصرف غذاهای پر فیبر برای پیشگیری از یبوست توصیه می شود.
- در صورت التهاب، قرمزی با وجود هر گونه ترشحات چرکی در زخم تب خونریزی شدید واژینال . درد شدید شکم و ... به پزشک اطلاع دهید.