

### ❖ شرح بیماری

آندومتریوز عبارت است از اختلالی که در آن بافت مشابه پوشش داخلی رحم (آندومتر) در نقاطی غیرمعمول در قسمت پایینی شکم ظاهر شود. این بافت ممکن است روی سطح تخمدان؛ پشت رحم و در حفره لگنی؛ روی دیواره روده؛ و ندرتاً در نقاطی دورتر به وجود آید.

آندومتریوز به چهار مرحله محدود، خفیف، متوسط، و شدید تقسیم می‌شود که بیانگر محل قرارگیری و شدت اختلال هستند. این اختلال می‌تواند در هر سنی از بلوغ تا یائسگی رخ دهد اما در سنین 20-30 سالگی بیشتر دیده می‌شود.



### ❖ علائم شایع

- علائم زیر ممکن است به طور ناگهانی ظاهر شوند یا طی چندین سال به وجود آیند:
- ✓ درد لگنی فزاینده به هنگام عادت ماهانه، خصوصاً روزهای آخر گاهی درد لگنی ممکن است در هر زمانی رخ دهد.
- ✓ درد به هنگام مقاربت جنسی
- ✓ لکه‌بینی قبل از عادت ماهانه
- ✓ گاهی وجود خون در ادرار یا مدفوع
- ✓ کمردرد؛ درد همراه با انقباضات روده‌ای
- ✓ نازایی

### ❖ علل شایع

ناشناخته هستند، اما پزشکان نظریه زیر را بیشتر از بقیه قبول دارند؛

معمولاً در هنگام تخمک‌گذاری، پوشش داخلی رحم (آندومتر) ضخیم شده تا آماده کاشته شدن تخم لقاح یافته باشد. اگر این اتفاق نیافتد، بافت پوشش داخلی رحم کنده شده و در خونریزی عادت ماهانه از بدن خارج می‌شود و در بعضی موارد، این بافت تخریب‌شده تجمع یافته و از راه لوله‌های رحمی به درون حفره لگن می‌روند. بافت در اینجا آزادانه غوطه‌ور می‌شود و خود را به سایر بافت‌ها می‌چسباند و در هر ماه رشد کرده و به سایر نقاط هم گسترش می‌یابد. رشد بافت آندومتر بر روی احشای لگنی ممکن است باعث چسبیدن احشاء به یکدیگر شود و به این ترتیب درد و سایر علائم ظاهر خواهند شد.

### ❖ عوامل شایع تشدید کننده

- ✓ خانم‌هایی که حامله نمی‌شوند یا حاملگی را به تعویق می‌اندازند.
- ✓ سابقه خانوادگی آندومتریوز
- ✓ تنگ یا بسته شدن گردن رحم (مسیر خروجی بافت تخریبی و خون)

### ❖ عوارض احتمالی

- ✓ نازایی به علت رشد بافت در لوله‌های رحمی و تنگ شدن آن‌ها
- ✓ درد ناتوان‌کننده اما این درد هیچگاه نشانه‌ای از تهدید زندگی نیست.
- ✓ مشکلات ادراری و اجابت مزاج
- ✓ چسبندگی احشای لگنی
- ✓ وجود بافت کاشته شده روی تخمدان می‌تواند باعث ایجاد کیست‌های بزرگ و توده‌های لگنی به نام آندومتریوما شود.

### ❖ تشخیص

- ✓ تشخیص توسط پزشک با اخذ شرح حال و معاینه دقیق بیمار صورت می‌پذیرد. در صورت نیاز از دیگر روش‌های تشخیصی از جمله موارد زیر استفاده می‌شود:
- ✓ امکان دارد تشخیص این اختلال دشوار و نیازمند معاینات مکرر یا اقدامات جراحی تشخیصی مانند لاپاروسکوپی باشد. در لاپاروسکوپی، با ایجاد منفذی از روی شکم، وسیله‌ای باریک که

✓ از خوردن کافئین اجتناب کنید زیرا به نظر می‌رسد درد را در بعضی از خانم‌ها بدتر کند.

### ❖ دارو

✓ می‌توان از داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی برای رفع درد خفیف استفاده کرد.

✓ امکان دارد داروهای ضد درد قوی‌تری تجویز شوند.

✓ داروهای رایجی که برای درمان آندومتریوز با مهار کار تخمدان تجویز می‌شوند عبارتند از قرص‌های جلوگیری از حاملگی

✓ داروهای پروژسترونی، دانازول و هورمون آزاد کننده گنادوتروپین‌ها.

### ❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

✓ اگر شما یا یکی از اعضای خانواده‌تان علائم آندومتریوز را دارید.

✓ اگر یکی از موارد زیر هنگام درمان رخ دهد :

✓ درد غیر قابل تحمل

✓ خونریزی غیرمعمول یا زیاد

✓ اگر دچار علائم جدید و غیرقابل توجیه شده‌اید. داروهای مورد استفاده در درمان ممکن است عوارض جانبی به همراه داشته باشند.

✓ اگر پس از درمان، علائم مجدداً ظاهر شوند.

✓ در صورت بروز هر گونه علائم نگران کننده دیگر



مرکز آموزشی درمانی سینا رضایی آشتیانی

واحد آموزش دفتر پرستاری

30 تیر 1403

نوک آن منبع نور قرار دارد به درون حفره شکم فرستاده شده و احساسی شکمی و لگنی بررسی می‌شوند.

✓ تصویربرداری از قست پایینی روده‌ها با اشعه ایکس (همراه با تنقیه باریم برای بهتر دیدن روده‌ها) ممکن است در رسیدن به تشخیص کمک کننده باشد.

### ❖ درمان

✓ بدون درمان، آندومتریوز تدریجاً شدید می‌شود اما پس از یائسگی، به علت کاهش تولید استروژن، تدریجاً پسرفت می‌کند.

✓ درمان برحسب مرحله بیماری، سن بیمار، و تصمیم به بچه‌دار شدن یا نشدن متفاوت است.

✓ اگر قصد بچه دار شدن را دارید، هرچه زودتر به فکر حاملگی باشید.

✓ حاملگی ممکن است بیماری را مقداری تخفیف هم بدهد. توجه داشته باشید که به تعویق انداختن حاملگی ممکن است به نازایی بیانجامد.

✓ به جای تامپون از نوارهای بهداشتی استفاده کنید. تامپون ممکن است احتمال جریان پس‌گرد خون و بافت تخریبی و ورود آن به حفره شکم و لگن را بیشتر کند.

✓ برای تخفیف درد از گرما استفاده کنید. یک صفحه گرم‌کننده یا شیشه آب داغ را روی شکم یا کمر قرار دهید، یا حمام آب گرم بگیرید تا عضلات شل شوند و ناراحتی تخفیف یابد.

✓ امکان دارد برای حذف بافت کاشته شده از جراحی با لیزر یا منعقد ساختن بافت با جریان الکتریکی استفاده شود.

✓ جراحی برای برداشتن بافت‌های کاشته شده، یا درآوردن رحم، لوله‌های رحمی و تخمدان‌ها در خانم‌هایی که دیگر نمی‌خواهند حامله شوند، انجام می‌شود.

### ❖ فعالیت

✓ ورزش، حتی راه رفتن، درد را تخفیف داده و سطح استروژن را کاهش می‌دهد که این ممکن است باعث کند شدن رشد آندومتریوز شود.

✓ پس از جراحی نیاز است تا فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری مقداری محدود شود.

### ❖ رژیم غذایی