

یا من اسمه دواء و ذكره شفاء

راهنمای بیمار

خود مراقبتی در بیماری التهابی لگن



نکات قابل توجه

توصیه می شود در تاریخ مقرر جهت پیگیری درمان و مراقبت های پزشکی به پزشک خود مراجعه کنید .

* در صورت برگشت علائم عفونت (تب ، خروج ترشحات چرکی ، ضعف و بی اشتهاپی ، لرز ، بوی بد از پرینه و تهوع و استفراغ) به پزشک خود مراجعه کنید .

* در صورت بروز علائم حاملگی خارج رحمی (درد ، خونریزی ، سرگیجه و عقب افتادن قاعدگی) به پزشک خود مراجعه کنید .

* حداقل سالی یک بار معاینات زنان را انجام دهید .



سایت بیمارستان: kazeroonhp.sums.ac.ir

شماره تلفن: 07142227080 داخلی: 306

* جهت پیشگیری از یبوست رژیم غذایی پر فیبر (میوه و سبزیجات) مصرف کنید

* در صورت تجویز آنتی بیوتیک دوره ی درمانی را کامل کنید ، داروها را به موقع مصرف کنید و از قطع خودسرانه ی داروها خودداری نمایید .

بهداشت فردی

* توصیه می شود ناحیه ی پرینه را هر ۲ الی ۴ ساعت یک بار و بعد از دفع ادرار و اجابت مزاج از جلو به عقب بشویید و خشک کنید .

* نوار بهداشتی خد را به طور مکرر تعویض کنید .

* تا زمان برطرف شدن عفونت لگنی ، از مقاربت جنسی خودداری کنید .

* جهت جلوگیری از بروز عفونت لگنی از کاندوم در زمان مقاربت استفاده نمایید .

بیماری التهابی لگن

یک بیماری حاد است که به علت صعود میکروب از دستگاه تناسلی زنان به قسمت های فوقانی ، بدون ارتباط با بارداری یا جراحی رخ می دهد .

ممکن است اندام هایی چون رحم ، لوله های رحمی ، تخمدان ها ، فضای لگن و یا سیستم عروق لگن را درگیر کند که بیماری با توجه به محل درگیری نامگذاری میشود .

عامل بیماری معمولا باکتری است ولی ممکن است این بیماری به وسیله قارچ یا انگل هم ایجاد شود و بیماری های مقاربتی از شایع ترین علل این بیماری است .

علائم بیماری

نشانه ها ممکن است خفیف ، متوسط و یا شدید باشد شما ممکن است درد شدیدی در قسمت پایین شکم داشته باشید .

◆ مقاربت (نزدیکی) دردناک

◆ تب و لرز

◆ احساس ناخوشی

◆ تهوع و استفراغ

◆ احساس فشار در لگن

◆ درد پشت

عوارض درمان ناقص و یا تاخیر در درمان

◆ ممکن است ناتوانی ، حاملگی خارج از رحم ، دردهای مزمن لگنی ، آبسه و انسداد (بسته شدن) لوله های رحمی ایجاد شود .

◆ چسبندگی هایی که ممکن است نیاز به درآوردن رحم ، لوله ها و تخمدان ها باشد .

◆ وجود عفونت در خون ممکن است منجر به شوک عفونی و یا ایجاد لخته در خون شود .

روش های تشخیصی

تشخیص با گرفتن شرح حال و مشاهده ی علائم بیماری و سونوگرافی ، ام آر ای (MRI) و یا سی تی اسکن انجام میشود .

درمان

* در عفونت های خفیف تا متوسط ، درمان شما به صورت سرپایی انجام خواهد شد اما اگر عفونت شما شدید باشد ممکن است نیاز به بستری شدن در بیمارستان داشته باشید .

* بعد از بستری شدن ، لازم است در بستر استراحت کنید و مایعات و آنتی بیوتیک داخل وریدی برای شما شروع میشود.

* جهت کنترل درد برای شما مسکن تجویز خواهد شد

* برای پیشگیری از عفونت مجدد ، درمان همسر شما نیز لازم است .

توصیه های مراقبتی

* توصیه می شود تا برطرف شدن علائم در بستر استراحت کنید .

* قرار گرفتن شما در وضعیت نیمه نشسته به خروج بهتر ترشحات چرکی کمک می نماید .

* دوش سرپایی بگیرید ، از حمام نشسته یا نشستن در وان حمام و لگن خودداری نمایید .

* مایعات فراوان (روزانه حداقل ۸ لیوان) بنوشید.

* از رژیم غذایی پر پروتئین (گوشت ، حبوبات و لبنیات) و سرشار از ویتامین ث (آب مرکبات ، گریپ فروت و سبزیجات تازه) استفاده نمایید .