

## افتادگی مثانه



تهیه و تنظیم :  
واحد آموزش به بیمار  
بیمارستان شهید عارفیان ارومیه

سال ۱۴۰۱

### در این شرایط به پزشک خود مراجعه نمایید:

✓ اگر علی‌رغم درمان یا ورزش علایم ظرف ۳ ماه بهبود نیابند یا علایم غیرقابل تحمل شوند و جراحی را مدنظر قرار دهید.

اگر در استفاده از شیاف مهبل، موارد زیر رخ دهند:

✓ خونریزی غیرطبیعی مهبل

✓ ناراحتی یا اشکال در ادرار کردن

پس از جراحی :

✓ در صورت داشتن خونریزی غیر معمول ، عدم

کارکرد ادراری یا سوزش و تکررادرار و تب به

پزشک مراجعه نمایید .

منبع : ویلیامز - بروئر

### جراحی

این عمل معمولاً با بیحسی کمری انجام می شود  
سوند ادراری تعبیه میگردد پانسمان ناحیه عمل روز  
بعداز عمل خارج میشود شستشو ی ناحیه طبق  
دستور پزشک معالج صورت می گیرد داشتن کارکرد  
شکمی و نداشتن یبوست مهم است پس از خروج  
سوندادراری ، کارکرد عادی مثانه اهمیت دارد .

### فعالیت

اگر جراحی لازم باشد، فعالیتهای طبیعی خود را به  
تدریج بعد از چند هفته از سر بگیرید. ( با پزشک خود  
مشورت کنید) .

فعالیت جنسی بانظر پزشک معالج انجام گیرد .

### رژیم غذایی

- اگر چاق هستید، وزن خود را کم کنید .
- برای پیشگیری از یبوست، از یک رژیم غذایی پرفیبر (میوه و سبزیجات ) استفاده کنید .

## شرح بیماری

عبارت است از افتادن یا نشست گردن رحم از مکان طبیعی خود که باعث میشود داخل مهبل برآمده شود. در واضح ترین نوع، از مهبل بیرون میزند. ممکن است همراه بیرون زدگی، مثانه و راست روده (برآمدگی دیواره راست روده به جدار خلفی مهبل) وجود داشته باشد.

## علائم شایع

- ✓ توده در جلو یا پشت مهبل یا توده ای که از مهبل بیرون بزند.
- ✓ ناراحتی مبهم در ناحیه لگن یا کمردردی که با بلند شدن بدتر میشود.
- ✓ نشت ادرار (در هنگام خندیدن، عطسه یا سرفه) و اشکال در اجابت مزاج
- ✓ درد در هنگام مقاربت جنسی

## علل

بیرون زدگی زمانی رخ میدهد که عضلات و رباطهای قاعده شکم، معمولاً در اثر زایمان های مکرر یا سالخوردهگی، کاملاً کشیده شوند.

## عوامل افزایش دهنده خطر عبارتند از :

- چاقی
- زایمان مکرر
- سن بالا
- بیماریهایی که باعث افزایش فشار داخل شکم میشوند مانند توده های شکمی، سرفه مزمن، یبوست مزمن
- تناسب فیزیکی نامناسب
- شغلهای مستلزم بلند کردن اجسام سنگین

## عواقب مورد انتظار

همیشه درمان شدید لازم نیست زیرا بیرون زدگی خطری برای سلامت به شمار نمی رود. ورزش غالباً کارکرد عضلات را بهبود می بخشد. اگر بیرون زدگی شدید باشد میتواند با جراحی معالجه شود.

## عوارض احتمالی

- ✓ زخم شدن گردن رحم
- ✓ افزایش خطر عفونت یا آسیب به اعضای لگن
- ✓ انسداد مجرای ادرار

## تشخیص و درمان

آزمونهای تشخیصی شامل: پاپ اسمیر، آزمایش ادرار، سونوگرافی یا سی تی اسکن لگن، بیوپسی. بیشتر آزمونها باید برای رد کردن سایر اختلالات انجام پذیرند.

برنامه درمانی به شدت بیرون زدگی، سن، فعالیت جنسی، اختلالات لگنی همراه و تمایل برای بارداری در آینده بستگی دارد. علائم خفیف معمولاً با برنامه ورزشی، هورمون درمانی و شیاف مهبل درمان میشوند. سایر موارد ممکن است به جراحی نیاز داشته باشند.

## داروها

درمان با هورمون استروژن میتواند جریان خون بافتهای مهبل و قدرت بافتهای حمایت کننده را افزایش دهد.