

یا من اسمه دواء و ذکره شفاء



بیمارستان امام حسن مجتبی (ع)  
شهرستان داراب

## خود مراقبتی در بیماری التهابی لگن

تهیه کننده: عرفانه پور غضنفری

مسئول علمی بخش: دکتر طالبی

منبع: برونرو سوارث ۲۰۲۲

پاییز ۱۴۰۲

کد مستند سازی: 53.pph.ws

بارکد:

## نکات قابل توجه:

توصیه میشود 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 اشتهايي ، لرز، بوی بد از پرينه 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 .



\* 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 .

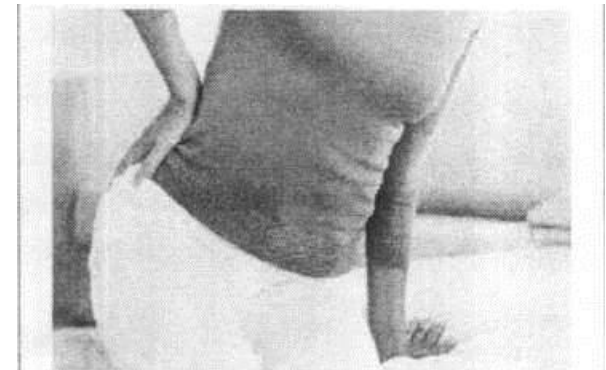
## بهداشت فردی

\* توصیه می شود ناحیه ی پرينه را هر ۲ الی ۴ ساعت یک بار و بعد از دفع ادرار اجابت مزاج از جلو به عقب بشوئید 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 قسمت‌های 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 ، آپسه و انسداد (بسته شدن ) لوله های رحمی ایجاد شود.

\* چسبندگیهایی که ممکن است نیاز به در آوردن رحم ، لوله ها و تخمدانها باشد.

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

## روشهای 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 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 میشود 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 .

