

آندومتریوز

آندومتریوز چیست؟

آندومتریوز به این معنا هست که بافتی که معمولاً رحم را می پوشاند در قسمت های دیگر بدن رشد می کند. زنان می توانند این حالت را برای تمام عمرشان داشته باشند و این حالت می تواند با گذشت زمان بدتر شود. مطالعات نشان می دهند که آندومتریوز یک نفر از هر ده زن را در طی دوره ای که آنها قاعده می شوند مبتلا می سازد. در حدود 176 میلیون زن در سراسر دنیا آندومتریوز دارند.

چه اتفاقی می افتد؟

وقتی شما آندومتریوز دارید، این بافت می تواند:

- به اندامها در لگن بچسبد
- در خارج بافت های لگن و در داخل اندامهایی مثل تخمدان ها شروع به رشد کردن نماید
- در جای دیگر به شیوه ای که در رحم عمل می کند؛ برای مثال، در زمان مشابه با زمان قاعدگی، خونریزی کند.



علائم آندومتریوز

علائم می توانند برای هر کسی متفاوت باشند اما علائم عادی بشمول ذیل هستند:

- درد در اطراف شکم ، پشت یا لگن تان که ممکن است در زمانهای مختلف اتفاق بیافتد، برای مثال، وقتی که قاعده هستید یا وقتی که عمل جنسی انجام می دهید
- خونریزی که سنگین، طولانی یا نامنظم است
- تکلیف های مثانه و روده، مثل قبضیت یا اسهال، نفخ، درموقع تشناب رفتن و ضرورت به ادرار کردن مکرر.

چه چیزی سبب آندومتریوز می شود؟

ما نمی دانیم چرا آندومتریوز اتفاق می افتد و چه چیزی باعث آن می شود.

بعضی از مسائل به آندومتریوز ارتباط داده شده اند، مثل:

- قاعدگی پس رونده، که در آن جریان خون قاعدگی به عقب یعنی بداخل پائین شکم یا لگن، در مسیر تیوب های فالوپ بر می گردد
- سابقه خانوادگی آندومتریوز
- رشد بافت آندومتریوز در داخل لگن
- قاعدگی هایی که در یک سن کمتر شروع می شوند
- قاعدگی هایی که طولانی، با خونریزی شدید، دردناک یا به دفعات بیشتر هستند
- وزن بدنی کم.

چه کار می‌توانید بکنید؟

اگر درد شما آنقدر بد هست که از مکتب، کار یا فعالیتهای دیگر باز می‌مانید، مهم هست که داکتر خود را عاجل ببینید. هر چه زودتر که آندومتریوز شما تشخیص داده شود و تداوی گردد، بهتر است. ممکن است آندومتریوز شما آنطوری که اول فهمیده شده است بد نباشد.

تشخیص دادن آندومتریوز

هیچ راه ساده‌ای برای تشخیص آندومتریوز وجود ندارد چون این حالت می‌تواند از خفیف تا شدید باشد و زنان علائم متفاوتی دارند. تنها راه برای تشخیص آندومتریوز لپروسکوپي هست. این عملیات از یک تلسکوپ نازک استفاده می‌کند تا ببیند که آیا بافت آندومتریوز در لگن وجود دارد یا خیر.

تداوی و مدیریت کردن آندومتریوز

تداوی شما به علائم تان و اینکه آنها بر زندگی روزمره تان چگونه تاثیر می‌گذارند، بستگی دارد.

شما می‌توانید علائم تان را از طریق ذیل مدیریت نمایید:

- عملیات برای برداشتن بافت آندومتریوز، ترمیم ضایعه و بهبود چانس تان برای بچه دار شدن
- دواي مسکن برای درد
- تداوی هورمونی، مثل تبلیت ضد حاملگی یا پروجستین‌ها برای کاهش دادن درد و خونریزی
- اگر درد شدید باشد، عملیاتی برای برداشتن بخش یا کل اندامهای مبتلا
- ورزش آرام - هدف تان 30 دقیقه برای فعالیت جسمانی در هر روز باشد
- خواب با کیفیت
- فعالیت‌های آرامش‌دهنده مثل یوگا برای کاهش دادن فشار روحی.

برای معلومات بیشتر به

jeanhailes.org.au/health-a-z/endometriosis

مراجعه کنید.



1800 JEAN HAILES (532 642)
jeanhailes.org.au

Jean Hailes for Women's Health رویکرد وسیع و فراگیری در مورد موضوع صحت زنان دارد. این ورقه معلوماتی عموماً از اصطلاحات "زنان و دختران" استفاده می‌کند. قصد این اصطلاحات شامل کردن زنان با گرایش‌های جنسی متنوع، زنان دو جنسیتی (intersex) و زنان دارای یک تجربه بین جنسیتی (transgender) می‌باشد.

تجدید شده در جولای 2019

این وررق معلوماتی طوری طراحی شده است که اطلاع‌دهنده و آموزشی باشد. قصد آن فراهم نمودن مشوره طبی خاص یا جایگزینی برای مشوره متخصص طبی تان نیست.

Jean Hailes for Women's Health از حمایت دولت آسترالیا قدردانی و تشکر می‌کند.

این پراجکت از طرف دولت آسترالیا تمویل شده است.

© Jean Hailes for Women's Health 2019