

اندومتريوزيس

اندومتريوزيس چيست؟

اندومتريوزيس يعنى بافتى كه در حالت عادى داخل رحم را پوشش مى دهد، در ساير قسمتهاى بدن رشد كند. زنان ممكن است اين وضعيت را در تمام طول زندگى خود داشته باشند كه با گذشت زمان ممكن است وخيم تر شود. مطالعات نشان مى دهند كه اندومتريوزيس، يك زن از هر ده زن را طى سالهاى قاعدگى آنها درگير مى كند. حدود 176 ميليون زن در سراسر جهان مبتلا به اندومتريوزيس هستند.

چه اتفاقى مى افتد؟

هنگامى كه اندومتريوزيس داريد ، اين بافت مى تواند:

- به اعضاى درون لگنى بچسبد
- بيرون از بافت هاى لگنى و در اندام هاى مانند تخمدان ها شروع به رشد كند
- مطابق سازوكار رحم عمل كند، يعنى مثلا طى روزهاى قاعدگى خونريزى كند.

مسبب اندومتريوزيس چيست؟

ما نمى دانيم كه چرا اندومتريوزيس رخ مى دهد و مسبب آن چيست.

برخى موضوعات با اندومتريوزيس مرتبط هستند، مانند:

- قاعدگى بازگشتى يا رتروگرا، كه در آن خون قاعدگى از طريق لوله هاى فالوپ به داخل بخش تحتانى شكم يا لگن برمى گردد
- سابقه خانوادگى اندومتريوزيس
- رشد بافت اندومتر (مخاط رحم) در داخل ناحيه لگنى
- قاعدگى هاى كه از سنين پايين شروع مى شوند
- قاعدگى هاى طولانى ، سنگين ، دردناك يا زود به زود وزن كم بدن.



علائم اندومتريوزيس

علائم اندومتريوزيس مى تواند در افراد مختلف، متفاوت باشد. اما علائم رايج شامل موارد زير است:

- درد اطراف شكم ، پشت يا لگن شما كه ممكن است در زمانهاى متفاوت اتفاق بيفتد، مثلا حين قاعدگى يا برقرارى رابطه جنسى
- خونريزى سنگين ، طولانى مدت يا نامنظم
- مشكلات مثانه و روده مانند يبوست يا اسهال، نفخ، درد هنگام رفتن به تواليت و نياز به ادرار كردن مكرر.

چه می توانید بکنید؟

اگر درد شما آنچنان وخیم است که شما مدرسه، کار و فعالیتهای دیگر خود را از دست می دهید، مهم است که فوراً به پزشک خود مراجعه کنید. هر چه زودتر اندومتریوزیس شما تشخیص داده شده و تحت درمان قرار گیرد، بهتر است. اندومتریوزیس شما در صورت تشخیص زودرس ممکن است خیلی بد نباشد.

تشخیص اندومتریوزیس

هیچ روش آسانی برای تشخیص اندومتریوزیس وجود ندارد زیرا این بیماری می تواند خفیف تا شدید باشد و زنان می توانند علائم مختلفی داشته باشند.

تنها راه تشخیص اندومتریوزیس با لاپاروسکوپی است. در این عمل از یک تلسکوپ نازک استفاده می شود تا ببینند که آیا بافت اندومتر (مخاط رحم) در لگن وجود دارد یا خیر.

درمان و مدیریت اندومتریوزیس

درمان شما به علائمتان و نحوه تأثیر آنها بر زندگی روزمره شما بستگی دارد.

شما می توانید علائم خود را به روشهای زیر مدیریت کنید:

- انجام عمل جراحی برای از بین بردن بافت اندومتریوزیس، ترمیم آسیب و افزایش احتمال بچه دار شدن شما
- داروهای ضد درد
- هورمون درمانی مانند قرص ضد بارداری یا پروژستین ها، برای کاهش درد و خونریزی
- انجام عمل جراحی برای برداشتن بخشی یا تمام اندامهای درگیر شما اگر دردتان شدید باشد
- ورزش ملایم - هر روز به مدت سی دقیقه فعالیت بدنی انجام دهید
- خواب با کیفیت
- فعالیت های آرامش بخش مانند یوگا به منظور کاهش استرس.

برای اطلاعات بیشتر به این قسمت بروید:

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