

علت شناخته شده دردهای شکمی زنان



تنظیم کننده
و مترجم

تنظیم کننده و مترجم
دکتر رضا پوردست گردان

مطالب موجود در این دانشنامه

مقدمه

قاعدگی

سنگ کلیه

عفونت ادراری

یبوست

بارداری خارج رحمی

آندومتریوز

کیست تخمدان

التهاب لگن



مقدمه

منظور از درد زیر شکم در زنان، درد

در ناحیه زیر ناف در مرکز یا سمت

چپ و راست شکم است.

این درد علل مختلفی دارد مانند

انواع عفونت ادراری و تناسلی،

بیماری‌های رحم، بارداری و غیره.





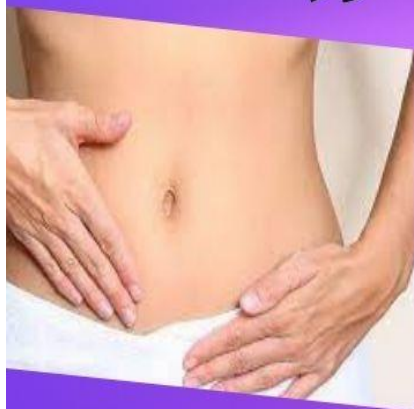
دلایل بسیار زیادی وجود دارد که موجب می‌شود زنان در هر سنی این دردها را تجربه کنند و این دردها را می‌توان به موارد مختلفی مرتبط دانست. در نتیجه شناخت این دردها اهمیت زیادی دارد تا بتوان آنها را به بهترین شکل ممکن کنترل کرد.

از جمله دیگر بیماری‌هایی است که می‌توان آنها را با
درد زیر شکم در زنان مرتبط دانست، عبارت‌اند از:

عفونت و التهاب لگن
عفونت دستگاه تناسلی
عفونت واژن



**در زمان پریودی ترشح هورمون
پروستاگلاندین باعث انقباضات
ماهیکه‌ای در رحم می‌شود. این
مسئله می‌تواند منجر به احساس
درد و التهاب شود. معمولا ً درد
پریود با شروع خونریزی به طور
طبیعی آغاز می‌شود.**



**معمولا قاعدگی بسیار دردناک با
دردهای ضربان‌دار یا گرفتگی در
قسمت تحتانی شکم همراه است.
در این شرایط مصرف مسکن‌های
مختلف خیلی موثر نیست و در
فعالیت‌های روزمره در هر ماه
اختلال ایجاد می‌شود.**



**گرم کردن کمر و شکم به کاهش
درد کمک می کند. حمام دوش آب
گرم نیز بسیار موثر است. استفاده
از کیسه آب گرم نیز یکی دیگر از
گزینه ها است.**



**برای کاهش درد پریود منیزیم
بیشتری مصرف کنید تا از گرفتگی
عضلات جلوگیری کند. منیزیم در
بادام و اسفناج به مقدار زیادی
وجود دارد.**





قاعدگی: شایع ترین علت درد در ناحیه تحتانی شکم در زنان است. قاعدگی باعث انقباض دیواره های رحم و بروز درد می شود. برخی زنان یک یا دو روز پیش از قاعدگی احساس درد خفیف یا شدید در ناحیه شکم می کنند.

References

**Jump up to:a b Women's ^
Gynecologic Health. Jones &
Bartlett Publishers. 2011. p.
94. ISBN 9780763756376.
Archived from the original on**

.26 June 2015



سنگ کلیه و درد شکم

سنگ کلیه یکی از مشکلاتی است که ممکن است با علائم زیادی همراه باشد اما یکی از بارزترین علائم این بیماری دردی است که به آرامی و آهسته در ناحیه کمر و زیر شکم آغاز می‌شود.



در اکثر مواقع درد به صورت مداوم یا متناوب است و به ندرت پیش می‌آید که به‌طور کل از بین برود. حتی در خیلی از موارد با مصرف مسکن این درد از بین نمی‌رود و فقط ممکن است چند ساعتی آرام شود اما باز شروع خواهد شد.



**اگرچه علائم می تواند در زنان و مردان
یکسان باشد، اما اکثر بیماران مرد
ممکن است در بیضه های خود احساس
درد داشته باشند. این افراد فکر می
کنند که عفونت بیضه دارند، اما در
نهایت مشخص می شود که این درد به
دلیل سنگی است که در مثانه گیر کرده
است.**



به طور کلی درمان این بیماری با توجه به نوع سنگ متفاوت است. شما می‌توانید برای تشخیص نوع سنگ خود آن را جمع‌آوری کرده و به آزمایشگاه بسپارید. مهم‌ترین و بهترین درمان، نوشیدن حداقل شش یا هشت لیوان آب در روز است





سنگ کلیه: می تواند منجر به درد خفیف تا شدید در ناحیه شکم شود. هنگامی که سنگ از کلیه به طرف مثانه حرکت می کند، درد ناگهانی و شدیدی در شکم احساس می شود.

References

**^ Jump up to:a b Schulsinger DA
(2014). Kidney Stone Disease: Say
NO to Stones!. Springer. p. 27.
ISBN 9783319121055. Archived
from the original on 8 September
2017.**



عفونت ادراری و درد شکم
عفونت سیستم ادراری يك عفونت
باکتریال در سیستم ادراری می باشد
و معمولا در کودکان شایع تر
است. سیستم ادراری شامل کلیه ها
حالبها، مثانه و پیشابراه می باشد
همه یا هر کدام از قسمتهای دستگاه
ادراری میتواند عفونی شوند.



بهترین روش تشخیص عفونت ادراری

ارسال کشت از ادرار بدون آلودگی

میباشد که برای این کار بهتر است ادرار

اول صبح و نمونه از وسط ادرار هنگام

ادرار کردن ارسال شود



از علائم این عارضه می‌توان به

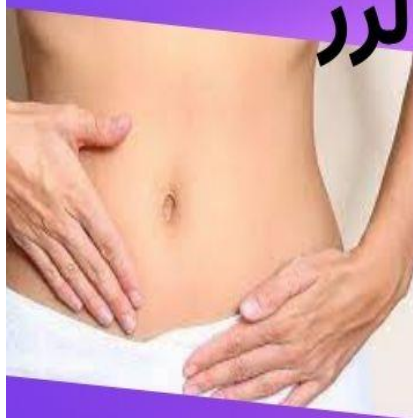
چنین مواردی اشاره کرد:

● احساس درد هنگام ادرار کردن

● نیاز مکرر به ادرار کردن

● حالت تهوع و استفراغ

● تب همراه با لرز





عفونت دستگاه ادراری: عفونت مثانه و کلیه
می تواند منجر به درد شدیدی در ناحیه پایین و سمت
چپ شکم شود. این عفونت ها اغلب باکتریایی است و
باید توسط آنتی بیوتیک درمان شود.

References

"Urinary Tract Infection". Centers for Disease Control and Prevention (CDC). 17 April 2015. Archived from the original on 22 February 2016. Retrieved 9 February 2016.



یبوست و درد شکم

درد شکم یبوست اغلب دست به دست هم می‌دهند. درد شکم علامتی است که معمولاً با یبوست بروز می‌کند. یبوست زمانی اتفاق می‌افتد که مشکل دارید یا قادر به دفع

نیستید.



علائم درد شکم در یبوست ممکن است شامل موارد زیر باشد:

نفخ شکم

اشتها کم یا بدون اشتها

گرفتگی عضلات

معدة درد عمومی



**برای درمان یا رفع یبوست خود می‌تواند راهکارهای زیر
را امتحان کنید:**

**روزانه دو تا چهار لیوان آب اضافی بنوشید. مگر این که
متخصص گوارش و کبد شما مصرف مایعات را به
دلایل دیگری برای شما محدود کرده باشد.
مایعات گرم را به خصوص در صبح میل کنید.
میوه و سبزیجات را به رژیم غذایی خود اضافه کنید.
آلو و سبوس غلات بخورید.**



**یبوست شدید و طولانی مدت ممکن
است موجب بیماری‌های نشیمنگاهی و
گوارشی مثل بیماری شقاق گردد؛ این
عارضه ظاهراً یک زخم ساده و طولی در
دیواره مقعد است که ممکن است موجب
خونریزی و حالت‌های دردناک گردد**





یبوست: هر دو نوع یبوست حاد و مزمن می‌توند منجر به درد شدید در قسمت تحتانی و در هر دو طرف راست و چپ شکم شود. این درد معمولاً بعد از اجابت مزاج رفع می‌شود.

References

"Costiveness – Definition and More from the Free Merriam-Webster Dictionary". Archived from the original on 11 April 2010.

**Chatoor D, Emmnauel A (2009).
"Constipation and evacuation**



**خطرناک‌ترین نوع بارداری در میان
زنان بارداری خارج از رحم می
باشد. زمانی این اتفاق می‌افتد که
یک جنین (تخمک بارور شده) در
مکان نامناسبی خارج از رحم رشد
می‌کند**



در اکثر حاملگی‌های خارج از رحم، تخمک
بارور شده قبل از رسیدن به رحم به لوله
فالوپ می‌چسبد. در موارد کم‌تر به
تخمدان، دهانه رحم یا شکم می‌چسبد.
دهانه رحم در بالای واژن قرار دارد. این
نواحی فضای کافی یا بافت مناسبی برای
رشد کودک ندارند.



**علائم زیر در بارداری خارج از رحم شایعتر
هستند و بروز هر یک می‌تواند بیانگر آن
باشد که وضعیت فرد اورژانسی است :
انتشار درد شدید در ناحیه شکم، لگن،
شانه یا گردن
درد شدید در یک طرف شکم
لکه بینی یا خونریزی خفیف تا شدید واژن
سرگیجه یا ضعف**



**پیشگیری در همه موارد امکان پذیر نیست.
شاید بتوانید با رعایت بهداشت باروری،
خطر ابتلا به بارداری خارج از رحم را کاهش
دهید. بیماری‌های مقاربتی می‌توانند منجر
به PID شوند، عارضه‌ای که می‌تواند باعث
بروز التهاب در لوله‌های فالوپ شود.**





بارداری خارج رحمی: این نوع حاملگی، نیاز فوری به درمان دارد. هنگامی که جنین در جایی بیرون از رحم رشد می کند، بارداری خارج رحمی رخ می دهد. معمولاً بارداری خارج رحمی در لوله های فالوپ رخ می دهد. علائم این مشکل عبارت است از:
درد شدید و یا گرفتگی لگن

References

Crochet JR, Bastian LA, Chireau MV (April 2013). "Does this woman have an ectopic pregnancy?: the rational clinical examination systematic review". JAMA. 309 (16): 1722–9.



آندومتریوز و درد شکم

اندومتریوز یکی از بیماری‌های نسبتاً شایع در

زنان است که بافت اندومتریوم خارج از رحم

رشد می‌کند و علل متفاوتی دارد. علت اصلی

این اختلال ناشناخته و مبهم است



اما برگشت خون قاعدگی، عمل جراحی
برداشتن رحم و ریختن سلول‌های
آندومتر به حفره لگن در اثر برش جراحی،
انتقال سلول‌های آندومتر توسط رگ‌های
خونی و یا اختلال در سیستم ایمنی
از علل ابتلا به آندومتریوز می باشد .



**گاهی اوقات، آندومتریوز می تواند
بدون علامت باشد. با این حال،
بسیاری از زنان مبتلا به
آندومتریوز قاعدگی های دردناک و
یا درد را در حین رابطه جنسی
تجربه می کنند.**



خانم هایی که در سن باروری هستند بیشتر
از بقیه در معرض خطر ابتلا به اندومتریوز
قرار دارند، زیرا اندومتریوز یک بیماری
وابسته به استروژن (هورمون های جنسی)
می باشد. در واقع همانطور که در بافت
طبیعی اندومتر استروژن باعث رشد
می شود





اندومتریوز یک وضعیت پزشکی است که در آن سلول های رحم از رحم به اندام های دیگر شکم حرکت می کنند. این سلول ها معمولا مسنول بروز قاعدگی هستند و زمانی که از دیواره رحم حرکت می کنند، منجر به تجمع خون در برخی اندام ها می شوند. این امر منجر به تشکیل لخته خون و چسبندگی می شود و در نتیجه درد شکمی را به همراه خواهد داشت.

References

Bulletti C, Coccia ME, Battistoni S, Borini A (August 2010). "Endometriosis and infertility". Journal of Assisted Reproduction and Genetics. 27 (8): 441–7. doi:10.1007/s10815-010-9436-1. PMC 2941592. PMID 20574791.



کیست تخمدان و درد شکم

کیست تخمدان یک بیماری شایع زنانه است که بانوان پس از تجربه سیکل قاعدگی فعال حداقل یک بار دچار آن شده‌اند. اختلال قاعدگی یا رشد موهای زائد از جمله مشکلاتی است که بر اثر بروز کسیت‌های تخمدانی به وجود می‌آیند



کیست تخمدان، توده‌های کیسه مانندی هستند که درونشان پر از مایع است و در داخل یا روی تخمدان رشد می‌کنند. اندازه این کیست‌ها به کوچکی نخود یا به بزرگی یک پرتقال است و در زمان تخمک‌گذاری ایجاد می‌شوند.



علائم کیست تخمدان بزرگتر عبارت است از:

درد لگن یا درد مبهم کمر

احساس نفخ در قسمت پایین شکم

درد هنگام مقاربت

دوره قاعده دردناک

حرکات روده دردناک

تهوع



حدود 50 درصد از زنانی که دچار سندروم تخمدان پلی کیستیک هستند، دچار اضافه وزن می‌شوند. در واقع بین این سندروم و مقاومت به انسولین که موجب سخت شدن کاهش وزن می‌گردد، ارتباط مستقیمی وجود دارد.





**کیست تخمدان: این کیست ها که عموماً خوش
خیم هستند، می توانند مسئول درد در قسمت
های پایین شکم باشند. کیست های تخمدانی با
معاینه لگن و یا سونوگرافی مشخص می شوند.**

References

**"Ovarian cysts". Office on
Women's Health. April
2019. Archived from the
original on 12 August 2021.**



التهاب لگن و درد شکم

که با عنوان (PID) بیماری التهابی لگن عفونت لگنی هم شناخته می‌شود به عفونت اندام‌های تولید مثل زنان اطلاق می‌شود. التهاب لگن غالباً زمانی اتفاق می‌افتد که عفونت‌های منتقله از راه جنسی از طریق واژن به رحم، لوله‌های رحمی یا تخمدان منتشر شوند



علائم بیماری التهابی لگن

برخی از زنان مبتلا به این بیماری علائمی ندارند. علائم احتمالی در افراد علامت‌دار

شامل

درد در قسمت تحتانی شکم (شایع‌ترین

علامت)

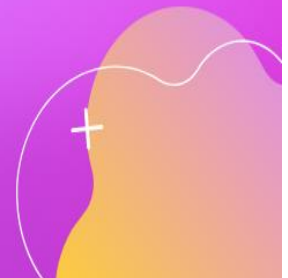
درد در قسمت فوقانی شکم

تب

رابطه جنسی دردناک

ادرار دردناک

خونریزی نامنظم



راه‌های پیشگیری از بیماری التهابی لگن
با استفاده از موارد زیر می‌توانید خطر بیماری
التهاب خود را کاهش دهید
رابطه جنسی ایمن
آزمایش عفونت‌های مقاربتی
شستشوی واژن به روش صحیح
پس از اجابت مزاج برای جلوگیری از ورود
باکتری به واژن، واژن را از جلو به عقب پاک

کنید.



**مهم‌ترین روش پیشگیری، جلوگیری از ابتلا
به بیماری‌های مقاربتی است. هرگونه
علامت غیر عادی در دستگاه تناسلی خود
از جمله زخم، خونریزی کم یا زیاد، ترشح
بودار، سوزش ادرار و انواع درد را جدی
بگیرید و به پزشک مراجعه کنید.**





**بیماری التهابی لگن: یکی از جدی ترین عوارض
بیماری های مقاربتی، بیماری التهابی لگن است.
این التهاب باعث آسیب دائمی رحم، تخمدان و لوله
های فالوپ می گردد. علائم این مشکل شامل: درد
شکم، تب، ترشحات غیرطبیعی واژن است.**

References

**"Pelvic Inflammatory Disease (PID)
Clinical Manifestations and Sequelae".
cdc.gov. October 2014. Archived from
the original on February 22, 2015.
Retrieved February 21, 2015.**

