

# بیماری های شایع زنان را بشناسید!

یکی از معضلاتی که خانم ها با آنها دست و پنجه نرم می کنند، وجود تابوهایی است که ریشه در فرهنگ ما ایرانی ها دارد باعث می شود تا خانمی اگر دچار مشکلاتی از قبیل: ناحیه تناسلی و پستان ها شده به پزشک مراجعه نکند و علائم بیماری خود را از دیگران مخفی کنند، اما امروزه به لطف پیشرفت دنیای دیجیتال و پیام رسان ها آگاهی افراد افزایش یافته و کمتر شاهد چنین تابو هایی هستیم.

ابتلا به بعضی از بیماری ها تفاوتی بین جنسیت افراد ندارد، اما برخی از بیماری ها با توجه به ساخت فیزیولوژی جنسیت افراد متفاوت است، ما قصد داریم در این مقاله افراد را با بیماری های شایع زنان آشنا کنیم، بیماری هایی که فقط زنان به آن مبتلا می شوند، مانند: بیماری های دستگاه تناسلی، کیست تخمدان، تنبلی و سرطان تخمدان ها، خشکی و عفونت های شایع در واژن، وجود فیبروم در رحم، از جمله این بیماری ها است وجود یکی از آنها حتی در حد خفیف می تواند ناراحت کننده باشد و عده ای با توجهی به نشانه های این بیماری ها خود را در معرض خطر ابتلا به نوع شدیدتری از این بیماری ها قرار می دهند.

اکثریت زنان با توجه به تغییرات هورمونی همچون بارداری و زایمان بیشتر از مردان در طول زندگی به بیماری های زنان مبتلا می شوند. به همین دلیل است که توصیه می شود چکاپ های دوره ای پزشکی را فراموش نکنند.

## بیماری های دستگاه تناسلی

بیماری های دستگاه تناسلی انواع مختلفی دارد که عبارت است از: بیماری های التهاب لگن، زگیل تناسلی، تبخال تناسلی، عفونت های ادراری و ...

از علائم بیماری های دستگاه تناسلی می توان به مشاهده ترشحات غیر طبیعی، عفونت های ادراری و ... نام برد. در صورت داشتن هر گونه علائم بهتر است به متخصص زنان و زایمان مراجعه نمایید. زیرا هر چقدر درمان را به تعویق اندازید شدت بیماری بیشتر شده و همین امر موجب می شود تا درمان سخت تر شود.

## سرطان تخمدان

یکی دیگر از بیماری‌های زنان که در ابتدایی بیماری بدون علامت است، بیماری سرطان تخمدان می‌باشد. از علائم بیماری [سرطان تخمدان](#) می‌توان به تکرر ادرار، درد در ناحیه شکم و زیر شکم، احساس خستگی مفرط، اختلال در بلع غذا و ... اشاره نمود.

## سرطان پستان

سرطان پستان یکی از بیماری‌های شایع در زنان است که شیوع این بیماری در زنان به نسبت مردان بیشتر است.

علامت‌هایی که ممکن است نشان‌دهنده وجود سرطان سینه در بدن عبارت است از: تورم غدد لنفاوی، تغییراتی ایجاد شده در پوست، فرم پرتقالی شکل سینه خارج شده باشد، فرورفتگی نوک سینه به داخل و ... می‌باشد.

به این نکته هم توجه داشته باشید که اگر یکی از علائم بیماری‌هایی که در بالا ذکر شد را داشتید اضطراب نداشته باشید و نگرانی به خود راه ندهید، فقط در صورت مشاهده هر یک از این نشانه‌ها لطفاً در اسرع وقت به متخصص زنان و زایمان مراجعه کنید.

## سرطان رحم

سرطان رحم یک بیماری ژنتیکی است که طبق تحقیقات انجام شده در جوانان بیشتر اتفاق می‌افتد. نشانه‌ی بیماری سرطان رحم؛ ترشحات غیر عادی از واژن، احساس درد شدید در ناحیه لگن، خونریزی‌های غیر متعارف و ... می‌باشد.

## کیست تخمدان

از شایعترین بیماری‌های زنان بیماری کیست تخمدان می‌باشد. جالب است بدانید که، این بیماری انواع مختلفی دارد. به طور معمول تمامی زنان دارای دو تخمدان هستند که هر کدام از آن‌ها اندازه و شکل یکسان دارند. در صورتی مشاهده هر گونه علائمی همچون درد حین قاعدگی، درد در زیر شکم، قاعدگی نامنظم، خونریزی‌های غیر طبیعی و ... بهتر است بدون اتلاف وقت به متخصص زنان و زایمان مراجعه نمایید.

## تنبلی تخمدان

تنبلی تخمدان از شایعترین بیماری‌های زنان است، که در دوره‌های

سنی مختلفی دیده می شود. به طور معمول افرادی که به این بیماری مبتلا هستند قاعدگی های نامنظمی دارند و زمانی که بیماری شدت زیادی داشته باشد فرد به سختی با مصرف دارو می تواند سیکل ماهانه داشته باشد. جالب است بدانید که، بیماری تنبلی تخمدان یا تخمدان پلی کیستیک با بیماری کیست تخمدان کاملاً متفاوت بوده و این بیماری یکی از عواملی است که می تواند موجب برهم زدن هورمون های جنسی زنان شود.



## چسبندگی رحم

در داخل شکم، سطح غشا داخلی از لایه نرم سلولی پوشیده شده است که سروز نام دارد. سروز روی رحم، لوله های رحمی، کف لگن، روده ها را پوشانده است و باعث می شود احشا روی هم بلغزند و به هم نچسبند. هر عاملی که باعث شود لایه ی سروزی آسیب ببیند باعث می شود احشا در مناطقی که آسیب دیده اند به هم بچسبند و اتصال غیر طبیعی ایجاد شود. چسبندگی رحم با توجه به اینکه در کدام ناحیه اتفاق افتاده باشد علائم متفاوتی را از خود نشان می دهد که شایعترین علامت این بیماری درد می باشد.

## فیبروم رحم

فیبروم رحم تغییراتی است که در بافت عضلانی رحم ایجاد می شود، این تغییرات منشا ژنتیکی دارند بدین معنا که اگر بیماری قرار است مبتلا به فیبروم شود، این فیبروم ها از دوران جنینی سلول هایش در بافت رحم فرد ایجاد می شود و بتدریج با بزرگ شدن رحم، تغییرات هورمونی، بلوغ و افزایش سن فیبروم ها آرام آرام بزرگ می شوند. در حقیقت فیبروم های رحمی با سونوگرافی قابل تشخیص هستند. دختران جوانی که مبتلا به فیبروم های رحمی هستند ترجیح داده می شود تا

جراحی انجام نگیرد، زیرا انجام جراحی و بخیه های حین جراحی می تواند بافت رحم را برای بارداری تحت تاثیر قرار دهد . به همین منظور فیبروم های رحمی با اندازه های ۶ - ۷ سانت در دختران جوان بهتر است که تنها تحت کنترل قرار گیرند .

ولی زمانی که فیبروم های رحمی در دختران جوان خیلی بزرگ باشد، به دلیل اشغال کردن رحم باعث ایجاد فشار بر روی بافت رحم و خونریزی می شود، در این زمان بهترین درمان جراحی خواهد بود. تزریق آمپول های هورمونی موثر نخواهد بود و تنها راه درمان جراحی است .

## عفونت واژن

وجود برخی باکتری ها در بدن انسان می تواند زمینه ابتلا به عفونت را فراهم نماید، لذا عدم رعایت بهداشت می تواند عرصه را برای ابتلا به عفونت های زنان را ایجاد کند. طبق تحقیقات انجام شده، تمامی افراد حداقل یکبار این بیماری را در زندگی خود تجربه کرده است، در این مواقع بایستی به جای هر گونه استرس به یک متخصص زنان و زایمان مراجعه نمایید تا با روش های درمانی مناسب به درمان بیماری خود بپردازید. وجود چند باکتری زمینه ابتلا به بیماری عفونت زنان را فراهم می آورد که این نوع عفونت ها عبارت است از: کاندیدیاز، تریکومونیا و واژینوباکتریال می باشد.

## پیشگیری از ابتلا به بیماری های زنان

همان طور که می دانید پیشگیری بهتر از درمان است، همان طور که می دانید رژیم غذایی مناسب یکی از بهترین روش های پیشگیری از ابتلا به بیماری ها به شمار می آید.

یکی از معضلات امروز اکثر افراد به ویژه خانم ها اضافه وزن و چاقی است، زیرا چاقی یکی از عوامل بیماری زا می باشد، باید از افزایش وزن جلوگیری کرده و قدمی هر چند کوچک در جهت کاهش وزن برداشت، داشتن فعالیت ورزشی و رژیم غذایی مناسب از عواملی است که می تواند کمک نماید تا زندگی سالم را پیش بگیرید.

## درمان بیماری های زنان

درمان هر یک از بیماری های زنان با توجه به شرایط بیمار و شدت بیماری متفاوت است. برای رسیدن به نتیجه مطلوب، بهتر است به متخصص زنان و زایمان متبحر و با تجربه در حوزه درمانی مراجعه

نمود.

از آنجایی که شروع برخی از بیماری‌ها بدون علامت است، لذا بهتر است چکاپ‌های دوره‌ای و مراجعه به متخصص زنان و زایمان فراموش نکنید.

## کلام آخر

یک نکته بسیار مهم این است که؛ از روش‌های خود درمانی اکیداً خودداری کنید چون در غیر این صورت نه تنها کمکی به بهبود وضعیت سلامتی‌تان نمی‌کنید بلکه باعث تشدید بیماری‌تان می‌شوید.