

## کیست مویی یا سینوس پایلونی‌دال

یکی از شایع ترین بیماری های نشیمنگاهی در بین جوانان، افراد مسن و به خصوص مردان است که در اثر برگشتن مو به داخل پوست و رشد آن اتفاق می افتد. اگر کیست مویی درمان نشده باقی بماند، عفونت ایجاد شده و در موارد بسیار حاد می تواند وارد جریان خون شود. درد کیست مویی به خصوص هنگام نشستن می تواند بسیار زیاد باشد.

این عارضه در هر قسمتی از پوست می تواند اتفاق بیفتد ولی شایع ترین آن از نوع مقعدی یا همان پایین کمر می باشد.

### علامیم:

در مرحله اولیه فرد فقط یک برآمدگی کوچک مثل تپله پشت خود حس می کند. ولی وقتی بیماری پیشرفت کند، علائم آن نیز متفاوت ظاهر می شوند.

نشانه های عفونت شامل موارد زیر هستند:

- ✓ تورم و ملتهب شدن کیست
- ✓ درد هنگام نشستن یا ایستادن
- ✓ احساس درد تا بالای باسن
- ✓ قرمز شدن پوست و احساس درد در اطراف ناحیه
- ✓ چرک یا تخلیه خون از آبه

- ✓ ایجاد بوی بد و نامطبوع از ترشحات عفونی
- ✓ موهای بیرون زده از ضایعه

### علل:

- ✓ تغییر هورمون ها بعد از بلوغ
- ✓ رشد مو و اصطکاک ناشی از لباس
- ✓ طولانی مدت نشستن
- ✓ چاقی مفرط
- ✓ عدم رعایت بهداشت
- ✓ ژنتیک بدنی

### مراقبت های قبل از عمل:

- ✓ حداقل از 8 ساعت قبل عمل ناشتا بمانید.
- ✓ در صورت اعتیاد به مواد مخدر یا سابقه مصرف دارویی حتماً به پزشک معالج اطلاع دهید.
- ✓ روز قبل از عمل به میزان کافی آب بنوشید.
- ✓ شب قبل از عمل دوش بگیرید.
- ✓ لطفاً قبل از رفتن به اتاق عمل از خالی بودن مثانه خود اطمینان داشته باشید و حتماً به دستشویی بروید.
- ✓ در روز عمل هیچ گونه زیورآلاتی نباید همراه شما باشد.
- ✓ از زور زدن و انجام هر نوع فعالیتی که منجر به افزایش فشار داخل شکم شود پرهیز کنید.

- ✓ جهت کنترل درد بعد از عمل جراحی در صورت صلاحدید پزشک پوزیشن دمر (روی شکم) یا خوابیده به پهلو قرار گیرد زیرا این وضعیت به کاهش تورم بافتی کمک می کند.

- ✓ در صورت بروز درد شدید و خونریزی از محل برش جراحی و خروج چرک از محل جراحی به پزشک و پرستار اطلاع دهید.

### مراقبت های پس از ترخیص:

- ✓ رژیم غذایی باید مواد فیبری بیشتری حاوی میوه و سبوس و 2 لیتر مایعات و... استفاده شود تا حجم مدفوع افزایش یافته و با سهولت بیشتری دفع شود.

- ✓ مراقبت روزانه شامل: عوض کردن پانسمان به صورت روزانه یا حداقل دو روز یک بار، شستشوی زخم و شوی کردن موهایی که بعد از عمل در اطراف زخم می رویند.

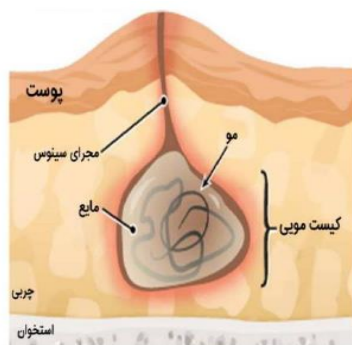
- ✓ برای ترمیم زخم، خوردن میوه هایی همچون کیوی، پرتقال و همچنین ویتامین سی توصیه می شود.

- ✓ تمیز نگه داشتن ناحیه مقعد و رعایت بهداشت
- ✓ پرهیز از نشستن طولانی مدت
- ✓ استفاده از لباس ها و لباس زیرهای گشاد و دارای بافت الیاف طبیعی
- ✓ از بین بردن و تراشیدن مرتب موهای زائد پشت کمر

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز

بیمارستان ولیعصر (عج) اقلید

## کیست مویی یا سینوس پیلونیدال



تهیه کننده: هانیه دهقانی کارشناس پرستاری

منبع: برونر و ثودارث

تاریخ بازنگری: تابستان 1404

شماره سند: PE/P-PH/099/2

- ✓ داروهای تجویز شده توسط پزشک را به طرز صحیح و در زمان صحیح استفاده کنید.
- ✓ زمان مراجعه بعدی به پزشک را به خاطر داشته باشید.
- ✓ از نشستن و ایجاد فشار بر روی زخم پرهیز کنید.

- ✓ پانسمان باید با شرایط استریل عوض شود.
- ✓ نیاز به استراحت در منزل و اجتناب از فعالیت های سنگین تا دو هفته بعد از جراحی لازم است.
- ✓ در صورت بروز درد شدید و خونریزی از محل برش جراحی و مشکل در تنفس و تب و لرز، قرمزی، و خروج چرک از محل جراحی به نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه کنید.

## پیشگیری:

خوشبختانه با انجام یک سری نکات ساده می توانید از پیش آمدن این عارضه دردناک به خوبی جلوگیری کنید:

