

بسمه تعالی

کیست مویی یا سینوس پیلونیدال چیست و دلایل ابتلا به این عارضه چه می باشد؟

یک کیسه‌ی غیرطبیعی حاوی مو و تکه‌های مرده‌ی پوست است که درون پوست تشکیل می‌شود. کیست پیلونیدال یا کیست مویی همیشه در نزدیکی دنبالچه در بالای شکاف بین باسن قرار دارد. کیست مویی بر اثر رشد مو و به دام افتادن آن در زیر پوست تشکیل می‌شود که اگر این کیست عفونی شود به آبسه (آبسه زیرپوستی) تبدیل می‌شود و می‌تواند بسیار دردناک باشد. در این وضعیت برای تسکین درد می‌توان با جراحی و یا ایجاد برش کوچکی در پوست، کیست را تخلیه کرد.

علائم بیماری چیست؟

بیماری سینوس پیلونیدال ممکن است مدت‌ها (تا قبل از بلوغ) بدون علامت باشد.

- ۱- اغلب بیماران معمولاً با درد پایین پشت و بین کپل‌ها و ترشح از این ناحیه مراجعه می‌کنند.
- ۲- گاهی ممکن است یک توده بدون درد یا یک تورم در ناحیه ایجاد گردد و بیمار در هنگام استحمام و شست‌وشوی این ناحیه متوجه آن گردد.
- ۳- گاهی ممکن است به‌صورت یک گودی یا فرورفتگی یا سوراخ در پوست ناحیه بین کپل‌ها بروز کند.
- ۴- ممکن است در سینوس آبسه ایجاد گردد. در این صورت بیمار دچار تب و درد و تورم می‌گردد.

علت ایجاد کیست مویی چیست؟

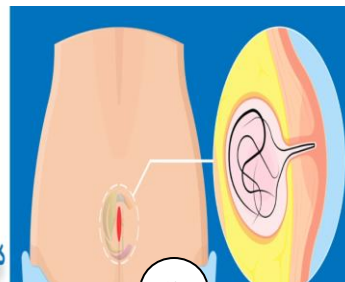
علت بیشتر کیست‌های مویی ناشی از نفوذ موی سست به داخل پوست می باشد. اصطکاک و فشار باعث برگشت مو به داخل بدن شده و عامل اصلی برای شروع التهاب است. بدن مو را به عنوان جسم خارجی شناسایی می‌کند و در برابر آن کیست ایجاد می‌کند

احتمال ابتلا به کیست مویی در چه کسانی بیشتر است؟

افرادی که لباس‌های تنگ می‌پوشند، دوچرخه سواران، کسانی که مدت زمان طولانی می‌نشینند مانند رانندگان کامیون، افراد دارای اضافه وزن و کم تحرک و افرادی که موی بدن فراوانی دارند در معرض خطر بالای ابتلا به کیست مویی می باشند.

برای پیشگیری از بروز کیست مویی چه باید کرد؟

۱. انجام منظم فعالیت های ورزشی در طول روز
۲. پوشیدن لباس های گشاد و پرهیز از البسه تنگ و آزاردهنده
۳. اصلاح موهای زائد بدون تیغ و ژیلت
۴. حمام و دوش گرفتن با آب گرم
۹. استفاده از بالشتک های نرم برای نشستن بر روی آن ها



کیست مویی چیست؟

مهمترین روش درمان جراحی می باشد در برخی موارد پزشک ناحیه عمل را باز گذاشته و گاهی محل عمل بخیه و بسته می شود

رژیم غذایی مناسب داشته باشید:

مصرف مرکبات و میوه های قرمز و زرد رنگ که غنی از ویتامین سی و ای هستند همراه با مصرف مواد پروتئنی گوشت مرغ و ماهی بدون پوست بدون چربی و نیز غلات و حبوبات در بهبودی زخم بسیار موثر است مصرف زیاد فیبر و مایعات برای جلوگیری از یبوست و... مفید است

مراقبت بعد از جراحی

۱. استراحت مطلق و پرهیز از فعالیت های سنگین
۲. جایگزین کردن توالت فرنگی به جای معمولی به منظور جلوگیری از وارد شدن آسیب های احتمالی به بافت های جراحی شده
۳. تا حد امکان از نشستن زیاد در یک نقطه به مدت ۲ هفته پرهیز نمایید (اگر کارمند هستید حتما این توصیه را جدی بگیرید)

در صورتی که نشستن برای بیمار مشکل و با درد همراه باشد بایستی یک بالشتک که وسط آن سوراخ باشد تهیه و از آن استفاده نمود در این صورت زخم در ناحیه سوراخ قرار میگیرد و فشاری بر آن وارد نمی‌شود.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز

بیمارستان دکتر علی شریعتی



مراقبت بعد از عمل

کیست مویی



نکات مهم در پیشگیری از عفونت بعد از

جراحی:

۱- در صورتی که جراح زخم را باز نگه دارد بایستی زخم زیر نظر جراح و به طریقی که وی توصیه می کند پانسمان گردد. لذا در این حالت نیز حتما قبل از ترخیص اطلاعات لازم را اخذ نمایید.

۲- در مواردی که آبسه شکافته شده است بایستی آنتی-بیوتیک های تجویز شده را طبق نظر پزشک مصرف نمایید. حتما دوره آنتی بیوتیک را کامل کنید. بخصوص هنگامی که به علت آبسه سینوس پیلونیدال تحت عمل جراحی قرار گرفته اید

۳- پانسمان روزانه زخم تا ترمیم کامل باید انجام شود. در هفته اول داخل زخم ابتدا با بتادین و سپس با سرم نرمال سالین کاملا شسته شده و پانسمان می شود. **طوری که بتادین داخل زخم نماند.** از روز سوم یا چهارم حمام روزانه انجام گردد، از هفته دوم قبل از پانسمان با آب و صابون و سپس شست و شو با نرمال سالین صورت گیرد. **از هفته دوم تا پایان درمان بتادین استفاده نشود.**

دو الی سه هفته اول درمان، مقداری گاز آغشته به نرمال سالین داخل زخم گذاشته شود به طوری که $\frac{1}{3}$ حجم حفره پر شود. ترمیم کامل زخم به یک تا دو ماه

۴- در مواردی که بعد از جراحی زخم بسته شود مراقبت از زخم مشابه زخم های معمولی است ولی به دلیل مجاورت و نزدیکی زخم به مقعد بایستی مراقبت بیش تری در جهت کاهش آلودگی زخم به عمل آید.

تسکین درد بعد از جراحی:

درد ناحیه عمل در این بیماری قدری شدید است، جهت کاهش درد از مسکن طبق دستور پزشک استفاده گردد. استفاده از توالت فرنگی باعث کم تر شدن درد می شود.

میزان فعالیت:

راه رفتن زیاد پس از عمل جراحی امکان عود بیماری را افزایش میدهد. از پیاده روی زیاد تا ۱۵ روز پس از عمل اجتناب کنید .

واحد ارتقا سلامت بیمارستان شریعتی کرج کرج نرسیده به ماهداشت

تهیه شده خرداد ۱۳۹۸ و آخرین بازنگری مرداد ۱۴۰۴

گروه هدف: کلیه مراجعین

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۲۶۳۷۳۰۵۰۰۱ زیر تماس

بگیرید

منبع: پرونر و سودارث