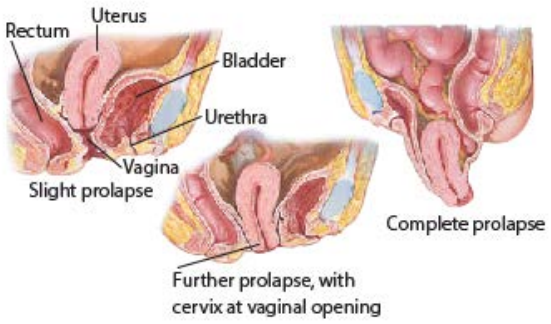
Uterine Prolapse มดลูกหย่อน



มดลูกหย่อน คือ การโป่งของมดลูกเข้าไปในช่องคลอด โดยปกติแล้วมดลูกจะอยู่เหนือช่องคลอดโดยยึดด้วยกล้ามเนื้อและเอ็น มดลูกหย่อนเกิดจากกล้ามเนื้อและเอ็นยึดเหล่านี้และอ่อนแรงเกินกว่าจะยึดมดลูกไว้ได้ มดลูกจะค่อยๆ หย่อนคล้อยและเคลื่อนตัวออกจากตำแหน่งปกติ ดังนั้น มันปูดเข้าไปในช่องคลอด ในกรณีที่รุนแรง มดลูกจะโป่งพองมากมากที่ยื่นออกมานอกช่องคลอดในหว่างขา กระเพาะปัสสาวะ ท่อปัสสาวะ และไส้ตรง (กล้ามเนื้อควบบคุมลำไส้การเคลื่อนไหว) อาจปูดออกมาพร้อมกับมดลูกอาการห้อยยานของอวัยวะที่ไม่ได้รับการรักษาอาจทำให้เกิดแผลที่ปากมดลูก (เปิดเข้าสู่มดลูก) และเพิ่มโอกาสในการติดเชื้อหรือการบาดเจ็บต่ออวัยวะอุ้งเชิงกรานอื่น ๆ

สาเหตุ

สาเหตุมักเกิดจากการตั้งครรภ์และการคลอดบุตร การตั้งครรภ์ยิ่งมีโอกาสเกิดขึ้นมากเท่านั้น ลูกตัวใหญ่ เบ่งนาน และใช้คีมหนีบระหว่างการคลอดทำให้มีโอกาสเกิดมากขึ้น สาเหตุอื่น ๆ ได้แก่ อายุมากขึ้น น้ำหนักเกิน ร่างกายที่แข็งแรงและการยกของหนัก นอกจากนี้ยังสามารถเกิดขึ้นได้หากมีแรงดันในช่องท้อง ภาวะดังกล่าวรวมถึง การเจริญเติบโต การไอมาก (เช่น จากการสูบบุหรี่) และอาการท้องผูก

อาการ

อาการต่าง ๆ ได้แก่ รู้สึกหน่วง แน่นท้อง ปวดอุ้งเชิงกราน (ท้องน้อย) อาการปวดหลังที่แย่ลงในระหว่างยกของหนัก และเจ็บขณะมีเพศสัมพันธ์ อาการอื่น ๆ คือ ก้อนเนื้อด้านหน้าหรือด้านหลังของช่องคลอด ยื่นออกมานอกช่องคลอดบริเวณหว่างขา ปวดเมื่อปัสสาวะ ปัสสาวะเล็ดขณะหัวเราะ จาม หรือไอ; และปัญหาเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวลำไส้

วินิจฉัย

แพทย์วินิจฉัยโดยการตรวจร่างกาย(รวมถึงการตรวจอุ้งเชิงกรานและแปสเมียร์) อาจทำการทดสอบอื่น ๆ รวมทั้ง อัลตราซาวนในอุ้งเชิงกรานด้วย การตรวจเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ (CT) และการตรวจชิ้นเนื้อ (เพื่อตรวจสอบการเจริญเติบโตภายในมดลูก)

การรักษา

การรักษาขึ้นอยู่กับความรุนแรงของอาการหย่อนของอวัยวะ อายุ เพศ กิจกรรม ถ้ามีปัญหาเกี่ยวกับอุ้งเชิงกรานอื่น ๆ และถ้ามีความต้องการการตั้งครรภ์ อาการเล็กน้อยอาจหมายถึงจะใช้วิธี(Kegel) การบำบัดด้วยฮอร์โมนหรืออุปกรณ์ที่เรียกว่า pessary การออกกำลังกาย Kegel เสริมสร้างกล้ามเนื้อและเอ็นยึดมดลูกและช่องคลอดเข้าที่ ฮอร์โมนครีมยังทำให้กล้ามเนื้อและเอ็นแข็งแรงขึ้น pessary เป็นอุปกรณ์รูปวงแหวนขนาดเล็กที่ใส่เข้าไปในช่องคลอดเพื่อยึดมดลูกให้เข้าที่อาการหย่อนของอวัยวะที่รุนแรงขึ้นอาจหมายถึงการผ่าตัด บางครั้งต้องเอามดลูกออก (ตัดมดลูก)

ควรไม่ควร

✓DO Kegel ออกกำลังกายทุกวัน ออกกำลังกายทั่วไปอย่างสม่ำเสมอเพื่อกล้ามเนื้อโดยรวมที่ดี

✓ลดน้ำหนักหากคุณมีน้ำหนักเกิน

✓กินอาหารที่มีกากใยสูงอย่างสมดุลเพื่อหลีกเลี่ยงท้องผูก

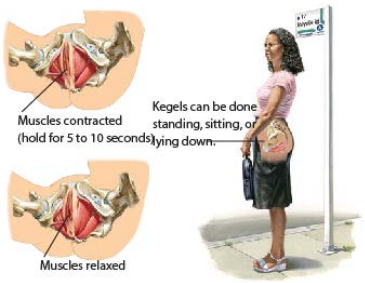
✓พบแพทย์หากมีเลือดออกทางช่องคลอดผิดปกติรู้สึกไม่สบายหรือปัสสาวะลำบาก

✓โทรหาแพทย์ของคุณหากอาการไม่ดีขึ้นหลังจาก 3เดือนของการรักษาหรือการออกกำลังกาย

✓หลีกเลี่ยงการยกของหนัก

✗อย่าเพิกเฉยต่อความเจ็บปวดหรือมีเลือดออกจากช่องคลอด

✗อย่าสูบบุหรี่



อ้างอิงข้อมูล : Fred Ferri.(2011).Ferri's Netter Patient Advisor.Retrived April 29, 2019, from www.netterreference.com