

Anatómían

Innri kvenlíffæri

Leg, eggaleiðarar, eggjastokkar, legháls, leggöng,

Ytri kvenlíffæri

Ytri og innri barmar, Snípur, Þvagrás, Leggöng, Endaparmur

Sýkingar í leggöngum og ytri kynfærum

Sýkingar eru algeng vandamál. Oft eitthvað sem sjúklingar eiga erfitt með að segja frá því skammast sín. Fólk forðast oft að segja frá vanlíðan á þessu svæði.

Sýklífæðisfræði

Vörn gegn sýkingum; Estrogen, sýrustig, slímhúð (þykkt og raki), bakteríur

Sýrustig (3,5 - 4,5) Vörn gegn veirum og bakteríum.

Estrogen Dregur úr sýruframlæiðslu og lækkar pH

Þekja í leggöngum bregst við estrógeni, sem framkallar glýkógenmyndun, sem brotnar niður í mjólkursýru; því dregur úr estrógeni úr sýruframlæiðslu

Estrogen skortur (tíðarhvörf) Tengt rýmun í leggöngum og börum. Næmari fyrir smiti.

Sýking í leggöngum og ytri kynfærum

Sýkingar í leggöngum og ytri kynfærum (cont)

Sýking í leggöngum (Vaginitis) Breytt útferð, kláði og verkir

Sveppa-sýking (Candidiasis) Þykk hvítleit útferð

Bakteríu sýkingar : Gardnerebella vaginalis Grá/gul hvítleit útferð

Trichomonas vaginalis Bólga í slímhúð legganga. Bruni/kláði. Gul-hvít/græn froðukennd útferð.

Útbreiðsla sýkinga í grindarholi kvenna

1. Inn um leggöng og fer inn í blóðrás gegnum slímhúðina,
2. Inn um leggöng og fer inn í eggjaleiðara og dreyfist þaðan
3. Kemur frá blóðrás

Áhættuþættir fyrir sýkingum

Frjósemi og hormón Frjósemistími, snemm tíðarhvörf, lágt estrogen, meðganga, getnaðarvarnarlyf,

Hreinlæti, efni, föt Lélegt hreinlæti, mikill þvottur, skulun, þröngar flikur, gerviefni

Sýkingar í leggöngum og ytri kynfærum (cont)

Sjúkdómur/lyf Sýklalyf, ofnæmi, sykursýki

Kynsjúkdómar Samfarir eða munmök við sýktan einstakling. HIV

Hjúkrunarferli

Mat

Upplýsingasöfnun Sjúkrasaga, líkamlegir, efnaræðilegir, sálrænir þættir. Notkun lyfja. Kynferðisleg virkni og saga.

Skoðun

Eins fljótt og hægt er. Leiðbeina sjúkling að þvo sér ekki að neðan fyrir skoðun.

Hjúkrunargreiningar

Óþægindi í tengslum við bruna, lykt eða kláða vegna smits

Kvíði tengdur einkennum

Hætta tengd sýkingu eða hafa dreift sýkingu (smitskömm)

Þekkingaskortur á eðlilegu hreinlæti og fyrirbyggjandi aðgerðum (smitvörnum)

Markmið

Draga úr óþægindum *Set böð*

Sýkingar í leggöngum og ytri kynfærum (cont)

Draga úr kvíða sem tengjast einkennum **Útskýringar á orsökum einkenna og aðferðir til að fyrirbyggja*

Forvarnir gegn endursýkingu eða smiti með kynlífi

Fræðsla Um aðferðir til að fyrirbyggja sýkingar og stjórna sjálfs-umönnun

Mat og viðtal

Spurja um *Ræða um neðanþvott, kláða spyrja um þvaglát hvernig þau gangi*

Meta hvort einkenni séu minni. *Er án sýkingar, engin bólga á svæðinu, án kláða, lyktar eða þvagvanda, slímhúð í leggöngum virðist eðlileg (útferð sé þunn, glær, ekki froðukennd)*

Sýkingar í leggöngum og ytri kynfærum (cont)

Sjálfs- umm- önnun *Tekur lyfin eins og var ávísað, er í undirfötum sem anda, forðast óvarið kynlíf, skolon eins og mælt er með, notar sjálfsskoðun og leitar aðstoðar ef verður vör við breytingar*

Veirusýkingar í kynfærum

Human papillomavirus (HPV)

Algengasti kynlífsborni sjúkdómurinn á meðal kynferðislega virkts ungs fólks

Bólusetning Hægt að bólusetja en þurfum að muna að ekki er svo langt síðan það hófst

Krabbamein Tengsl við legháls ofvöxt og legháls krabbamein; greint með stroksýni úr leghálsi

Herpes týpa 2 sýking (herpes genitalis)

Endurteking vírususýking ævilangt .

Veirusýkingar í kynfærum (cont)

Smitleið Kynmök, en getur einnig borist með **snertingu** sem getur smitast þegar sýkti einstaklingurinn er með einkenni

Einkenni Sársaukafullur kláði og bruni í herpes sári

Meðferð HPV

Ytri kynfær- avörtur Staðbundin meðferð eða fjarlægt með skurðaðgerð

Forvarnir Bólusetning og leghálsstrok

Lækning Engin

Lyf Veirulyf geta drengið úr eineknum; Zovirax, Valtrex, Famvir

Endurt- ekmar sýkingar Tengjast streitu, sólbruna, tannviðge- rðum, svefnleys og næringarskort

Smit við fæðingu Hætta hjá nýburum. Stundum gerður keisaraskurður

Bólusjúkdómar í grindarholi (BG)

Getur byrjað með leghálsbólgu en getur svo dreift sér of haft áhrif á:

Leg (legslímubólga)

Eggjaleiðarar (salpingitis)

Bólusjúkdómar í grindarholi (BG) (cont)

Eggjastokkar (ovhoritis)

Æðakerfi í kviðarholi

Orsakir Gonorrhéal og chlamydial eru algengar

Affected areas Flest tilfelli tengjast einu líffæri

Afleið- ingar Stuttvarandi eða langvarandi afleið- ingar

BG hjúkrunarmat

Upplýsingasöfnun

Útferð, sársauki við kynlíf, verkir, sýkingareinkenni

Legganga útferð

Sársauki við kynlíf

Verkur í neðra kviðahol Viðkvæmni sem getur komið eftir blæðingar og geta aukist við hægðalosun

Önnur einkenni *Hiti, almenn vanlíðan, lystarstol, ógleði, höfuðverkur og hugsanlega uppköst*

Grindarholsskoðun

Mikil eymsli geta komið fram við þreifingu í legi eða hreyfingu á leghálsi (eymsli í leghálsi)

Meðferð

Lyf Breiðvirk sýklalyf og verkjalyf

Bólusjúkdómar í grindarholi (BG) (cont)

Meðhöndla Koma í veg fyrir endurtekið smit kynlíf- sfélaga

Sjúklinga- fræðsla Hvernig koma í veg fyrir endurs- ýkingu

Ráð Nægjaleg hvíld og næring

Stærri aðgerðir

Tegundir aðgerða

Legnám (Hysterectomy)

Viðgerð á leg/blöðru/endapar- mssigi (Colporaphthia)

Brottnám eggjastokka/leiðara (Salpingo-Oophorectomy)

Kviðarholsskurður (Laparotomia)

Upphenging á þvagrás (TVT, Trans vaginal tape)

Brottnám brjóst (Mastectomy)

Fleygskurður á brjósti

Uppbygging á brjósti

Góðkynja ástæður

Vöðvahnútar í legi (myoma)

Miklar blæðingar

Verkir

Legslímufلاك

Þvagleki

Slökun á grindarbotni

Bólgur, sýkingar

Illkynja ástæður

Krabbamein í

Legi

Leghálsi

Eggjastokkum

Eggjaleiðurum

Skapabörnum

Lífhimnu

HIV og AIDS

HIV	
Tíðni	25% sem lifa með
HIV kvenna	HIV eru konur
Fræðsla	Öruggt kynlíf og hættur óvariðs kynlífs. Þungun
Þungun	Fara í HIV próf. Andretroveirulyf draga úr hættu við smit fæðingu.

Dagaðgerðir

Keiluskurður (Conus)	
Kviðarholtspeglun (Laparoscopia)	
Fóstureyðing (Ab prov)	
Útsköfun vegan fósturláts (Evac)	
Legspeglun (Hysteroscopia)	Rannsaka óeðlilegar blæðingar og ófrjósemi
Útskröpun (Abrasio)	Skafning legslímhúðar
Brennsla á kynfæravörtum (Condy-loma)	Slæm tilfelli
Eftirhleðsla (innri geilsun v. cervix cancer)	Sársaukafullt og gert í svæfingu
Aftöppun á kviðvökva (ascites)	Algengt hjá ca. ovary sjúklingum, vökvi safnast í kvið, gert í staðdeygingu.

Dagaðgerðir (cont)

Fræðsla fyrir aðgerð, í sjúkrahúslægu og fyrir heimferð
- Til að koma í veg f. fylgikvilla og flýta bata.
- Gera konuna virkari í eigin meðferð
- Að konan þekki leiðir til að efla heilbrigði sitt
- Að konan viti hvenær skal leita læknis
Innihald fræðslu
- Skrifleg, munnleg, fræðsluefni á netinu
- Einstaklingsmiðuð
- Fjölskylda/aðstandendur með eftir þörfum
- Þverfagleg samvinna
**

Aflögun í byggingu

Fistlar úr leggöngum
Sig á líffærum í grindarholi
1. Blöðrusig
2. Endaþarmssig
3. Smáþarmasig
Meðferð
Skurðaðgerð
Stuðningur við leggöng, grindarbotnsþjálfun
Hjúkrunarmeðferð
Fyrirbyggjandi aðgerðir
Ummönnun fyrir aðgerð
Ummönnun eftir aðgerð
Stuðla að umönnun heima og í samfélaginu
Pathophysiology

Aflögun í byggingu (cont)

<i>Grindarbotnsvöðvar, bandvefur og liðbönd í grindinni hafa slappast/slitnað. Líffærin síga. Starfsemi þeirra truflast</i>	
Hvers vegna slappast grindarbotninn?	
Fæðingar	Fæðingar, rembingur áður en fullri útvíkkun er náð, stór börn
Tíðarhvörf	Minni estrógen framleiðsla veldur atrophyskum vefjabreytingum, og þynnir bandvefinn.
Meðfæddur veikleiki	
Annað	<i>Þrýstingur, v. offitu, tumora, ascites, COPD, rembingur v. hægdálosun</i>
Einkenni leg-, blöðru- og endaðarmssigs:	
Þvag	Þvagleki, bráð þvaglát, sviði, erfitt að tæma þvagblöðru
Þrýstingstilfinning að neðan	
Útbungun	Tilfinning um að eitthvað sé að detta niður
Hægðir	Erfiðleikar við hægdálosun, harðlífi, gyllinæð
Hreyfing	Erfiðleikar við gang og að sitja
Verkir	Verkir í mjóbaki - Sársauki við samfarir

Aflögun í byggingu (cont)

Félags- og tilfinningalegt álag	
Pathophysiology blöðrusigs	
<i>Bandvefslagið milli blöðru og leggangahefur gefið sig, blaðra leitar niður og þrýstir á leggöng.</i>	
Pathophysiology endaðarmssigs	
<i>Bandvefslagið milli legganga og ristils hefur gefið sig. Rectum leitar niður og þrýstir á leggöng.</i>	
Algjört framfall (hernia) á legi	
Leg leitar niður í leggöng	
Þurrkur	Á slímhúð
Meðferð	Stundum settir leghringir og hormónahringir til að testa aftur uppi
Smáþarmar geta líka sigið niður og þrýst á leg niður leggöng og þrýst á endaðarm	
Góðkynja breytingar	
Bólga í ytri kynfærum og legganga sviði (vulvodynia)	
Blöðrur á ytri kynfærum (Bartholin cyst)	
Þynning á slímhúð á ytri kynfærum	
Blöðrur á eggjastokkum	
Byrjun á æxli í leghálsi (leiomyomas, myomas)	
Legslímhimnuflakk	
Legslímhimnuflakk í legvegg (Adenomyosis)	
Offvöxtur í legslímhúð	
Legslímhimnuflakk	
Lyfjameðferð	
Verkjastilling	



Góðkynja breytingar (cont)	
Prostaglandin hamlarar	
Hormóna meðferð	
Getnaðarvaranar pillan	
Sjúklinga fræðsla tengt meðferð og aukaverkunum	

Illkynja vöxtur í æxlunarfærum kvenna	
Staðsetning	<i>Leghális, leg, leggöng, ytri kynfæri, og eggjastokka krabbamein</i>
Forstig sjúkdóms	Getur verið einkennalaus
Merkí og einkenni	Eru háð staðsetningu; geta verið útferð frá leggöngum, sársauki, blæðing og almenn einkenni (þyngdartap og blóðleysi)

<i>Forvarnir, skimun og snemm greining eru lífsnauðsynlegar</i>	
Einkenni	
Kviður	Aukið kviðrúmmál og kviðverkir
Þvaglát	Tíð þvaglát
Hægðir	Tíðar og óreglulegar hægðir
Vanlíðan	Máttleysi, uppköst, lystarleysi, andþyngsli
Breytingar	Þyngdartap, óreglulegar blæðingar

Illkynja vöxtur í æxlunarfærum kvenna (cont)	
Orsakir	Mest óþekktar
Egglos, legslímufلاك	
Erfðir, BRCA	
Verndandi þættir:	Meðganga, pillan, brjóstgjöf
Greining	
Skoðun	Kvensjúkdómskoðun + ómun af legi, eggjastokkum og eggjaleiðurum
Blóðprufa	æxlisvísir CA-125
Kviðarholsspeglun / aðgerð	eggjastokkur fjarlægður og vefjasýni tekið til rannsóknar
Horfur	Ráðast af vefjagerð og stigi við greiningu
Meðferð á illkynja sjúkdómum í æxlunarfærum	
Tegund meðferðar	Skurðaðgerð, lyfjameðferð, geislameðferð (eða blanda af þessu 3)
Tilgangur meðferðar	Læknandi eða einkennameðferð
Umönnun	Svipuð og umönnun eftir kviðarholsaðgerðir

Keiluskurður - Conus	
<i>Keiluskurður er gerður til að fjarlægja frumubreytingar sem greinst hafa í leghálsi.</i>	
Frumubreytingar	Miðlungs til miklar greinast í leghálsi
Áhættan	Getur þróast yfir í leghálskrabbamein
Orsök	Myndast vegna HPV (human papilloma virus)
Algengi	80% kvenna fá einhvertíman veiruna
Tíðni og einkenni	Vaxandi tíðni. Lítil eða engin einkenni í byrjun
Aðgerð	
Framkvæmd	Gert í gegnum leggöng í staðdeygingu neðsti hlutinn skorinn og breddur burt með rafskurðynif og brennt yfir. Engir sumar
Post op	Heimferð strax og langtímaeftirlit
Útskriftafræðsla	
Lyf	Verkjalýf, panodil og íbúfen

Keiluskurður - Conus (cont)	
Eðlilegar blæðingar	Smáblæðingar og brúnleit útferð í ca 3 vikur
Má búast við	Hrúður losnar 10 – 14 dögum eftir aðgerð, blæðing og vond lykt getur fylgt
Forðast	Samfarir, líkamlega áreynslu, sund, heitan pott, baðkar í nokkrar vikur
Mögulegir fylgikvillar	Blæðing og sýking
Hafa samband ef	Hiti, Illa lyktandi útferð, Auknir verkir, Mikil blæðing.
<i>*Sjaldnast þarf frá vinnu . Nota bindi ekki tappa</i>	
Geislameðferð	
Ytri geislameðferð	
Innan aðgerðar geislameðferð	
Innri (innri geislun)	
	Umönnun sjúklinga í geislameðferð
Hjúkrun innri geislameðferðar	
Þvagleggur	
Algjör rúmlega, takmarkanir á hreyfingu	
Mataræði	Litlir skammtar
Hreinlæti	



Keiluskurður - Conus (cont)

Aukaverkanir	
Stuðningur	Eftirlit, tilfinningalegur stuðningur, koma í veg fyrir eingangrun
Öryggi (Geislun innra rýmis)	
Fylgja varúðarráðstöfum	Tengt tíma, fjarlægð og notkun hlífa
Fylgjast með útsetningu starfsmanna	Aðferðir eins og geislaþæling
Viðkvæmir hópar	Pungaðir gestir/starfsmenn, gestir yngri en 18 ára
Menntun	Fjölskylda og aðrir aðilar
Öryggi tækjabúnaðs	Tækið má ekki losna, ef það losnar – ekki snerta geislavirkan hlut. Viðhalda geislaöryggi
Útskriftafræðsla	

Legnám

Tegundir	
Legnám (Total hysterectomy)	
Róttækt legnám (Radical hysterectomy)	
Aðferðir	
Með kvíðsjá	
Gegnum leggöng	
Gegnum kvíð	

Legnám (cont)

Algengustu ástæður legnáms:	
-Vöðvahnútar í legi (myoma)	
- Miklar/óreglulegar blæðingar	
- Langvarandi verkir	
- Legslímufلاك (endometriosis)	
- Legsig	
- Bólgur, sýkingar í grindarholi	
- Krabbamein í legi, leghálsi eða eggjastokkum	
Umönnun sjúklinga sem fara í legnám	
Saga	
Líkamleg skoðun og skoðun á grindarholi	
Sálfélagssleg og tilfinningaleg viðbrögð	
Þekking sjúklings	
Pre op fræðsla	Bæklingar, prehabilitation, næring(v.s-áragræðsla), verkjameðferð, þvaglosun og hreyfing.
<i>Legnám er stór aðgerð, það er verið að fjarlægja líffæri. Þetta er fólk er mjög verkjað</i>	

Tengsl legnáms við kvíða

Kvíði	Greinast með
tegundur:	krabbamein, hræðsla við verki, að missa kvenleika eða ófrjósemi

Legnám (cont)

Trufluð líkamsmynd	Breytt frjósemi, ótti við kynhneið, sambönd við maka og fjölskyldu
Hrædd við	Skyndilegum verk tengd skurðaðgerð og annari viðbótarmeðferð
Samtengd vandamál og mögulegir fylgikvillar	
Blæðingar	Lækkaður BÞ, + púls, veikir púlsar og minnkaður þvagútskipting.
Bláæðablóðtappi	Sársauki í fótum, roða, hiti og bjúgur.
Vanvirk þvagblaðra	Þaninn kvíður og minni útskipting.
Sýkingar	
Umönnun sjúklinga sem fara í legnám	
Markmið	
Draga úr kvíða	
Sætta sig við legnám	
Lifa með verkjum og óþægindum	
Aukin þekking á þörf fyrir sjálsumönnun	
Að vera laus við fylgikvilla	
Inngrip	

Legnám (cont)

Kvíði	Leyfa sjúkling að tjá líðan, útskýra undirbúning fyrir aðgerð og veita tilfinningalegan stuðning.
Líkamsmynd	Hlusta, viðeigandi hughreysting, ræða kynferðisleg vandamál. Nálgast og meta sjúklinga einstaklingsmiðað
Fylgjast með fylgikvillum	Blæðingar, DVT, þvagtrekja
Fræðsla um eftirmeðferð	Umönnun á skurðsvæði, viðhalda starfsemi ristils og þvagfæra, ná fyrri virkni rólega, sturta í stað baðs, hreyfingar sem á að forðast, einkenni sem þarf að fylgjast með, eftir fylgni

Kvíðarholsspeglun

Notkun	Til greiningar og meðhöndlunar á ýmsum sjúkdómum
Sjúkdómar:	
Legslímufلاك (Endometriosis)	
Samgróningar	



Kviðarholsspeglun (cont)

Eggaleiðarabólgur (Salpingitis)

Utanlegsfóstur (Ex)

Blöðrur á eggjastokkum (cystur)

Ófrjósemi

Hjúkrun eftir kviðarholsspeglanir

Eftirlit Þvaglosun, ógleði, verkir, vagnial blæðing, hálsæringi og skurðsár

Hafa samband ef Roði þroti gróftur við skurðsár, Hiti, Illa lyktandi útfærð, Auknir verkir, Mikli vaginal blæðing

Fósturlát

Um 20% þungana enda með fósturláti

Einkenni Blæðing, verkir, fóstur- minnkuð þungunareláts: inkeni,

Blæðing Ef kona fyllir bindi á ½ - 1 klst skoða strax

Verkir Ef óstaðfest þungun í legi, skoðun strax, og útiloka ex

Greining Sónarskoðun

Tegundir fósturláta

Missed abortion

Incomplete abortion

Molar (blöðrufóstur)

Blighted ovum (tómur fósturserkur)

Meðferð við fósturláti

Fósturlát (cont)

Biðmeðferð Fyrsta val. Bíða í 10 -14 daga, svo skoðun. Dugar í 50 % tilfella.

Lyf T.Cytotec, skoðun e. 10 -14 daga

Aðgerð Útskaf í svæfingu (evac).

Ábendingar fyrir útsköfun við fósturláti

Ef bið/lyf bera ekki árangur

Mikil blæðing/sýking

Lágt hgl

Erfiðar aðstæður Geðsaga, fíkn, umhverfi, tungumál, fyrri fósturlát

Útskaf við fósturláti- Evac

Tíðni 170 aðgerðir á ári

Lyf Cytotec töflur í leggöng(mýkir og opnar legháls) aðgerð 2 tímum seinna, panodil – celebra pre med. Ef rhesus neg. immunoglobulin sprauta

Tímalengd Aðgerð í svæfingu 15 mín

Útskrift Heim 1-2 tímum seinna, stuðningur, fræðsla, engin endurkoma

