



## توده در لگن و شایع ترین علل آن

### ۴- آبسه پوستی:

توده در لگن می تواند ناشی از عوامل زیادی از آبسه پوستی یک برآمدگی پر از چرک و اغلب جمله مشکلات پوستی، ضربه یا آسیب موارد قرمز، متورم و دردناک بوده در هر قسمت از عصبی باشد. به عنوان مثال وجود آبسه یا کیست بدن بوده که گاهی با تب، لرز و بدن درد ناشی از پوستی در لگن می تواند باعث احساس درد و عفونت همراه است. در صورت عدم درمان آبسه ناراحتی در این ناحیه از بدن شود. وجود یک توده خطر بزرگ شدن آبسه و گسترش عفونت وجود دردناک در لگن می تواند به شدت بر تحرک و دارد. آبسه از طریق یک معاینه فیزیکی ساده به فعالیت های روزمره شما تأثیر بگذارد. این توده راحتی قابل تشخیص است. آبسه های بزرگ باید حتی زمانی که اصلاً حرکت نمی کنید می تواند در مطب پزشک تخلیه شوند. معمولاً برای درمان آنتی بیوتیک تجویز می شود. تمیز نگه داشتن پوست و استفاده از لباس ها و حوله های تمیز به عدم عود آبسه کمک می کند.

### علل توده دردناک لگنی چیست؟

ساختارهای مختلفی مانند ماهیچه ها، اعصاب و استخوان ها در ناحیه ران وجود دارد. شرایطی که

### ۵- جوش:

بر این ساختارها تأثیر می گذارد می تواند منجر به بروز توده های لگنی شود. علل ایجاد توده های لگنی در دسته های زیر طبقه بندی می شود:

۱- **علل تروماتیک:** هر گونه ضربه به لگن می تواند منجر به بروز توده دردناک لگنی شود.

### ۲- **علل روماتولوژیک:** کیست، آرتریت (بیماری

که می تواند باعث درد، ورم و محدودیت حرکت مفصل و در برخی موارد با آسیب و تغییر شکل استخوان ها و غضروف ها می شود).

### ۳- **علل بدخیم:**

تومورها در برخی موارد خوش خیم هستند. اما اگر این توده رشد کرده و به بدن حمله کند، ران انتشار یابد. بدخیم محسوب می شود.

### ۶- **بورسیت Iliopsoas**

بورس ها کیسه های کوچک پر از مایع هستند که در اطراف مفاصل قرار گرفته اند و به کاهش اصطکاک کمک می کنند. بورسیت ران، التهاب بورس ران است که باعث ایجاد درد در ناحیه لگن می شود. گاهی ممکن است درد به خارج از ناحیه ران انتشار یابد.

## ۷- فیبرو دیسپلازی استخوان

### درمان

یک بیماری ژنتیکی و مادرزادی جزء تومورهای خوش خیم که بافت فیبروزی به جای بافت طبیعی استخوان رشد می کند. این وضعیت استخوان ها را ضعیف کرده و آنها را مستعد شکستگی می کند. این فرآیند اغلب قبل از تولد شروع می شود.

اقداماتی مانند استراحت، بلند کردن پا از سطح زمین و استفاده از باندهای فشاری می تواند به کاهش تورم و ناراحتی کمک کند.

**۸- رشد خوش خیم استخوان (استئوکندروم)**  
معمولاً در دوران کودکی یا نوجوانی ایجاد می شود. استئوکندروم معمولاً به درمان خاصی نیاز ندارد.

یکی از بهترین کارها برای پیشگیری از توده های لگن این است که فعالیت هایی که نیاز به پریدن یا دویدن زیاد دارند را محدود کنیم. و شرکت در فعالیت هایی که باعث وارد آمدن فشار شدید بر روی مفصل لگن می شوند خودداری کنید.

**شایع ترین علائم توده لگنی**  
تاول-درد یا ناراحتی-حساسیت به لمس-سرخی و التهاب

نکته: اگر علت ایجاد توده، عفونی باشد ممکن است از یک لگن به لگن دیگر سرایت کند. اگر توده لگن باعث خستگی و کاهش وزن غیرقابل توجیه شود. فوراً به پزشک خود مراجعه کنید.

**رژیم غذایی پس از جراحی**  
پر پروتئین و کلسیم (لبنیات) -انواع میوه ها و آب فراوان

توده های لگن که نیاز به پیگیری فوری دارند، دارای علائم زیر باشد زیاد نگران کننده نیست: نرم بودن توده-کوچک شدن سایز توده با استراحت

**زخم جراحی**  
توده های لگن که نیاز به پیگیری فوری دارند، دارای علائم زیر هستند: توده با گذشت زمان رشد کرده و بزرگتر می شود. -توده در هنگام لمس بسیار سفت و سخت بوده و در جای خود حرکت نمی کند.