



بیمارستان خیریه امام سجاده (ع)

## آموزش به بیمار

## دردهای شکمی



بیمارستان خیریه امام سجاده (ع)  
واحد آموزش به بیمار

گاهی اوقات درد مربوط به جدار شکم است و می تواند کل ناحیه شکم را درگیر سازد. در این صورت ارتباطی با بیماری های داخل شکم ندارد بلکه به دلیل درگیری عضله یا مشکلات پوستی ایجاد می شود. چنین دردی معمولاً به دنبال انقباض دیواره شکم (برای مثال هنگام دراز و نشست) تشدید می شود

دردهای ناشی از ریفلاکس یا بازگشت اسید معده معمولاً به صورت سوزش در ناحیه پشت و بالای قفسه سینه احساس می شوند بنابراین جزء دردهای شکمی به حساب نمی آیند.

تشخیص علت درد شکم حتماً باید توسط پزشک صورت گیرد چرا که بعضی از این دردها مهم و اورژانسی هستند. برای مثال بیمار ممکن است درد آپاندیسیت را با سنگ کلیه اشتباه بگیرد و به موقع به بیمارستان مراجعه نکند. به این ترتیب جانش به خطر می افتد.



منبع: <http://www.medlineplus.com>

آدرس:

مشهد، بلوار شهید آوینی (گلشهر)، شهید آوینی ۳۳،

بیمارستان امام سجاده (ع)

تلفن: ۰۵۱۳۲۵۹۰۱۳۳ بخش اورژانس داخلی ۱۰۷

سایت بیمارستان:

<http://sajjadhospital.com/>

لینک آموزش / آموزش به بیمار

## ناحیه ۷: پایین ناف

علت شایع درد در این ناحیه التهاب مثانه، عفونت سیستم ادراری و التهاب دستگاه تناسلی در خانم هاست. تخمک گذاری در روز چهاردهم سیکل ماهانه نیز می تواند باعث درد زیر ناف شود. در همین ناحیه یک تا دو روز قبل از قاعدگی هم ممکن است درد ایجاد شود که با علائم دیگری چون بی حوصلگی و درد سینه همراه است. به مجموعه این علائم PMS یا سندرم قبل از قاعدگی گفته می شود و برای درمان آن معمولاً از مسکن هایی مثل مگنامیک اسید استفاده می شود.

به پزشک مراجعه کنید اگر...

- درد تان شدید و ناگهانی است و در عملکردتان اختلال ایجاد کرده است.
- همراه با درد شکم، تب، تهوع، استفراغ، اسهال شدید، اسهال خونی و تنگی نفس دارید.
- درد تان مداوم است و بیشتر از ۲۴ ساعت طول کشیده، به خصوص اگر بالای ۵۰ سال دارید.
- شکم تان سفت شده است و قادر به اجابت مزاج نیستید.

این نکات را فراموش نکنید:

- اگر اسهال با خون یا تب همراه است از مصرف داروی ضداسهال خودداری کنید.
- اگر علت درد نامشخص است از مصرف داروهای ضد درد خودداری کنید؛ چه بسا که بیماری مهمی را مخفی نگه دارید.

مطالب پیش روی شما محتوی مطالب آموزشی برای مراقبت از بیماریتان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید.



اگرچه اغلب دل‌دردها بی‌خطر هستند و طی چندین ساعت خود به خود رفع می‌شود اما بعضی مداومت پیدا کرده و اگر به‌طور اورژانسی مورد درمان قرار نگیرند، جان‌تان را به خطر می‌اندازند.

**انواع دردهای پرخطر و کم خطر در هفت ناحیه از شکم:**

**ناحیه ۱ بالای ناف زیر دنده‌ها:**

گاهی اوقات سکنه‌های قلبی با درد در این ناحیه خود را نشان می‌دهند؛ به خصوص اگر سن فرد بالا باشد و علائم دیگر سکنه مثل تعریق سرد، تهوع و استفراغ نیز وجود داشته باشند نواری قلب توسط پزشک قابل تشخیص می‌باشد.

شایع‌ترین علت درد در این ناحیه، زخم‌های معده و اثنی عشر هستند دردهای ناشی از زخم معده معمولاً با ناشتا ماندن یا مصرف شربت آلومینیوم‌ام‌جی کاهش پیدا می‌کنند.

پانکراتیت نیز شایع است. این درد معمولاً به پشت انتشار می‌یابد با خم شدن رو به جلو کمتر می‌شود، سنگ‌ها، التهاب‌ها و عفونت‌های کیسه صفرا، بیماری‌های کبد و هیپاتیت‌های ویروسی نیز می‌توانند در این ناحیه درد ایجاد کنند. درد هیپاتیت مبهم است و معمولاً با علائمی چون زردی، تهوع، استفراغ، کاهش رنگ مدفوع، افزایش رنگ ادرار، بی‌اشتهایی و علائم شبیه به سرماخوردگی و آنفلوآنزا، دردهای عضلانی پراکنده و دردهای مفصلی همراه است.

### ناحیه ۲ بالا راست:

سنگ‌ها و بیماری‌های کیسه صفرا و مشکلات کبدی همگی از عوامل درد در این ناحیه به‌شمار می‌آیند. دردهای کیسه صفرا ممکن است به‌شانه راست هم انتشار پیدا کنند و برعکس دردهای پانکراس با دراز کشیدن بهتر می‌شوند و با خم شدن افزایش می‌یابند. کسانی که مشکل صفراوی دارند اغلب به دنبال مصرف غذاهای پرچرب دردشان تشدید می‌شود.

### ناحیه ۳ بالا چپ:

معده در این منطقه قرار دارد، بیماری‌های مربوط به آن از جمله زخم‌ها می‌توانند باعث درد در سمت چپ و بالای شکم شوند. طحال نیز در این منطقه قرار دارد بنابراین اگر بزرگ شود یا در آن آمبولی ایجاد شود باعث بروز درد خواهد شد. درگیری قسمت‌های تحتانی ریه چپ هم می‌توانند در این ناحیه درد ایجاد کنند.

### ناحیه ۴ پایین راست:

شایع‌ترین علت درد در این ناحیه آپاندیسیت است اما باید توجه داشته باشید که درد آپاندیس در ۲۴ ساعت اول معمولاً دور ناف است و بعد به سمت راست و پایین شکم منتقل می‌شود. در صورت بروز چنین دردی باید در اسرع وقت به اورژانس مراجعه کنید. در این ناحیه همچنین قسمتی از روده بزرگ به نام سکوم قرار دارد بنابراین هر نوع اختلال در آن می‌تواند باعث درد در این منطقه شود.

### ناحیه ۵ پایین چپ:

درد در این ناحیه می‌تواند ناشی از بیماری دیورتیکولیت (بیرون زدگی مخاط جدار روده بزرگ) باشد که بر اثر یبوست یا بیماری‌های زمینه‌ای ایجاد می‌شود. این وضعیت درمان‌پذیر است اما اگر درمان نشود ممکن است عود کند. از علائم آن هم می‌توان به درد شکم

همراه با دل‌پیچه، تب، تهوع و حساسیت به لمس در ناحیه بیرون زدگی مخاط روده اشاره کرد. درمان آن در موارد خفیف، تغییر رژیم غذایی و استفاده از مواد ملین است. در موارد شدیدتر هم ممکن است نیاز به استراحت، دارو و جراحی وجود داشته باشد.

### پایین چپ و راست مشترک

اختلالات و سنگ‌های کلیه می‌توانند باعث دردهای کولیکی در این دو منطقه شوند؛ دردی که در ابتدا تشدید شونده است و پس از رسیدن به نقطه اوج، ناگهان قطع می‌شود. این درد معمولاً به‌کشاله ران یا حتی بیضه‌ها هم انتشار پیدا می‌کند. در خانم‌ها نیز بیماری‌های دستگاه تناسلی و التهاب لوله‌های رحم و تخمدان‌های دو طرف می‌توانند عامل درد در ناحیه چپ و راست پایین شکم باشند. در آقایان هم دردهای پاتولوژیک بیضه‌ها می‌توانند به این دو ناحیه از شکم انتشار پیدا کنند. حتی فتق‌های ناحیه کشاله ران هم باعث انتشار درد به این نواحی می‌شوند.

### ناحیه ۶ دور ناف:

درد در این ناحیه می‌تواند به دلیل مسمومیت‌های غذایی و التهاب‌های ویروسی یا باکتریایی روده باریک ایجاد شود. البته این التهاب‌ها ممکن است در تمام نواحی شکم هم درد ایجاد کنند. دردهای ناشی از التهاب‌های ویروسی معمولاً مبهم هستند. کم و زیاد می‌شوند و با تهوع، استفراغ و اسهال همراه هستند. در صورتی که اسهال خونی و همراه با تب باشد و بعد از ۴۸ ساعت رو به بهبود نرود فرد باید حتماً بستری شود؛ به خصوص اگر بالای ۵۰ سال داشته باشد. از دیگر علل شایع دردهای شکمی دور