

راهنمای آموزش بیماران

آپاندیسیت

گردآورنده: واحد آموزش به بیمار

اسفند ۱۳۹۶

*آنتی بیوتیکهای خوراکی را بهتر است با یک لیوان آب میل کنید و سپس بعد از نیم ساعت مجدداً یک لیوان دیگر آب میل نمایید تا معده و روده شما را تحریک نکند.

- رژیم غذایی شما پس از ترخیص رژیم معمولی می باشد استفاده از هر نوع غذایی بلامانع است لیکن غذاهایی که سبب سفتی شکم و حرکت کند روده ها و یا باعث نفخ شکم می گردد از جمله تخم مرغ، لوبیا و خوردن مواد محرک از جمله غذاهای سرخ شده در روغن، ادویه جات محرک مثل فلفل و ترشی و انواع سسها بخصوص زمانی که آنتی بیوتیک خوراکی مصرف می کنید اکیداً خودداری شود.

تا حد امکان از مواد پروتئینی مانند شیر، ماست، گوشت و میوه جاتی که حاوی ویتامین C بیشتری می باشد استفاده کنید. همچنین از سبزی و میوه های پخته و غذاهایی که حاوی مایعات زیاد و آب سبزیجات پخته که در جهت رشد و ترمیم زخم شما کمک می کند، استفاده نمایید.

در صورت بروز علائم زیر به پزشک اطلاع دهید:

- سرگیجه و احساس ضعف

- درد شدید در ناحیه شکم

- مشاهده خون در استفراغ یا ادرار

- استفراغ غیر قابل کنترل

* یکی از عوامل موثر در تسریع بهبودی شما بعد از عمل راه رفتن می باشد که باید مرتباً آنرا انجام دهید. ولی به نحوی نباشد که منجر به فشار و صدمه به بافت بخیه شده شوند زیرا منجر به خونریزی در زیر بخیه و ایجاد درد می گردد. *پس از عمل ابتدا رژیم مایعات و در صورت تحمل رژیم جامدات برای شما شروع می شود.

*گرفتن دوش سرپایی از همان روز ترخیص بشرط عدم تحریک محل عمل بلامانع است و بهتر است بطور دقیق ناحیه عمل را به آرامی بعد از حمام خشک نمود.

توصیه های لازم در زمان ترخیص:

-پانسمان ناحیه عمل قبل از ترخیص از بیمارستان تعویض شده و ناحیه عمل توسط پزشک و پرستار کنترل شود.

- به مدت دو هفته از انجام کارهای سنگین خودداری نمائید. پس از این مدت میتوانید به فعالیتهای طبیعی و روزمره خود ادامه دهید.

- در صورت مشاهده هرگونه تغییر در محل عمل جراحی مانند قرمزی، تورم و التهاب فوراً به پزشک معالج خود مراجعه نمایید.

- يك روز در میان پانسمان تعویض گردد.

- يك هفته تا ده روز بعد برحسب روزهای ویزیت پزشک معالج، جهت برداشتن بخیه ها به درمانگاه مراجعه کنید.

*داروها خصوصاً داروی آنتی بیوتیک خوراکی را به طور منظم و طبق دستور پزشک استفاده کنید.

آشنایی با بیماری آپاندیسیت

آپاندیس يك زائده کرمی شکل کوچک در ابتدای روده بزرگ است و در قسمت راست پائین شکم قرار دارد. این عضو هیچ عملکرد شناخته شده ای ندارد و همراه روده از غذا پر و خالی می شود و چون خیلی باریک است در معرض خطر انسداد و عفونت قرار دارد. در صورت انسداد، این زائده دچار التهاب و عفونت شده و علائم آن بروز می کند.

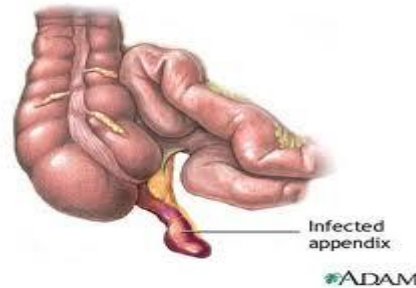
آپاندیسیت به معنی التهاب آپاندیس می باشد. این بیماری یک اورژانس جراحی است و هیچ درمان دارویی موثر ندارد و باید حتماً جراحی شود. در صورتیکه بیمار سریعاً جراحی شود، بیشتر بیماران سریعاً و بدون مشکل خاصی بهبود می یابند ولی در صورت تاخیر در درمان، آپاندیس پاره شده و باعث پخش شدن عفونت در محوطه شکم و حتی مرگ می شود.

گرچه این بیماری در هر سنی ممکن است رخ دهد ولی شایعترین سنین بیماری بین ۱۰-۳۰ سال می باشد.

راهی برای پیشگیری از آپاندیسیت وجود ندارد اگرچه آپاندیسیت در افرادی که غذاهای سرشار از فیبر مثل میوه ها و سبزیجات تازه استفاده می کنند، کمتر بوجود می آید.

علل:

دلیل ابتلا به آپاندیسیت، انسداد دهانه آپاندیس است. آپاندیس ممکنست توسط محتویات در حال عبور از لوله گوارش مسدود شود و یا در اثر عفونتهای میکروبی یا ویروسی لوله گوارش ملتهب شود و علائم آپاندیسیت را بوجود آورد.



علائم نشانه ها:

درد شکم: مهمترین علامت است. ابتدا در اطراف ناف بوده و پس از مدتی به ناحیه راست پایین شکم منتقل می شود. درد کم کم مداوم شده و شدت پیدا می کند و از حالت مبهم به صورت کاملاً مشخص درمی آید. درد با تنفس عمیق، حرکت، سرفه، عطسه، راه رفتن و لمس بدتر می شود.

کاهش اشتها، تهوع، استفراغ، اسهال یا یبوست، تب خفیف، یبوست یا اسهال همراه با نفخ، ناتوانی دفع نفخ از دیگر علائم است.

نکته مهم: وقتی بیماری دچار تب، تهوع یا درد شکم میشود نباید ملین یا مسکن بخورد.

تشخیص بیماری:

- انجام معاینه بالینی توسط پزشک
- انجام آزمایش خون و ادرار
- انجام رادیوگرافی و سونوگرافی شکم

درمان:

درمان بیماری غالباً جراحی است که آپاندیس به وسیله جراح برداشته می شود.

برداشتن این زائده ملتهب هیچگونه مشکلی را برای شما ایجاد نمی کند ولی ماندن آن در شکم بسیار خطرناک بوده و معمولاً توسط جراح برداشته می شود.

مراقبتهای قبل از عمل:

* تا وقت عمل در تخت یا صندلی استراحت کنید.
* تا زمانیکه آپاندیسیت تشخیص داده نشده است از خوردن و آشامیدن بپرهیزید. وقتی که معده خالی باشد بیهوشی برای عمل جراحی بسیار بی خطر تر خواهد بود. اگر خیلی تشنه هستید دهان خود را با آب بشوئید.

* از داروهای ضد درد یا داروی مسهل استفاده نکنید و همچنین از کیسه آبگرم نیز استفاده نکنید چون استفاده از هر کدام از این موارد می توانند باعث پارگی آپاندیس شوند داروهای تخفیف دهنده درد یا تب نیز باعث مشکل تر شدن تشخیص می شوند.

مراقبتهای بعد از عمل:

پس از عمل و به هوش آمدن به شما داروهای مسکن و آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک معالج داده خواهد شد.

* از دست کاری ناحیه های بخیه شده خودداری کنید. بهتر است پانسمان ناحیه زخم یا محل عمل خشک نگه داشته شود.