

## برنامه مدون آموزشی - آپاندیسیت

### شیفت اول بستری) آموزش های بدو پذیرش

- معرفی بخش
- قوانین کلی بخش
- نحوه شستشوی صحیح دست
- معرفی پرسنل
- نحوه استفاده از زنگ احضار پرستار

### شیفت دوم بستری) ماهیت بیماری و تشخیص آن

آپاندیسیت یک بیماری است که طی آن آپاندیس شما ملتهب و پر از چرک می شود. آپاندیس شما یک کیسه انگشتی شکل است که از روده بزرگ منشعب شده و در سمت راست پایین شکم قرار دارد. برای این ساختار کوچک هیچ گونه کارکرد ضروری شناخته نشده است اما این به آن معنی نیست که نمی تواند مشکلاتی را ایجاد کند.

آپاندیسیت دردی را ایجاد می کند که معمولاً در اطراف ناف شما شروع شده و سپس به سمت راست پایین شکم منتقل می شود. درد آپاندیسیت معمولاً طی یک دوره ۱۲ الی ۱۸ ساعته افزایش می یابد و در نهایت بسیار شدید می شود.

### علائم و نشانه های احتمالی آپاندیسیت عبارتند از:

- درد تیرکشنده ای که در اطراف ناف شروع می شود و اغلب به سمت راست پایین شکم منتقل می شود .
- دردی که طی چند ساعت شدیدتر می شود .
- حساسیت (Tenderness) در برابر فشاری که شما در سمت راست پایین شکم اعمال می کنید.
- هنگامی که سمت راست پایین شکم فشار داده شده و سپس فشار به سرعت برداشته می شود، درد شدیدی در این ناحیه رخ می دهد حساسیت برگشتی (rebound tenderness)
- زمانی که شما سرفه می کنید، راه می روید یا دیگر حرکات جنبشی را انجام می دهید، درد بدتر می شود .
- تهوع
- استفراغ
- از دست دادن اشتها
- تب خفیف
- یبوست

- ناتوانی در دفع گاز
- اسهال
- تورم شکم

محل درد ممکن است با توجه به سن شما و موقعیت آپاندیس متفاوت باشد. به خصوص در کودکان و زنان باردار ممکن است درد آپاندیسیت در مکان های مختلف احساس شود.

### علت

علل آپاندیسیت همیشه مشخص نیست. گاهی اوقات آپاندیسیت می تواند در نتیجه یکی از علل زیر رخ دهد:

- انسداد: باقیمانده مواد غذایی یا یک قطعه مدفوع سخت (مدفوع سنگ مانند) می تواند سبب مسدود شدن دهانه مجرای آپاندیس شما شود.
- عفونت: همچنین آپاندیسیت ممکن است به دنبال عفونت مانند عفونت ویروسی دستگاه گوارش یا در نتیجه سایر انواع التهاب ایجاد شود.

در هر دو مورد، باکتری داخل آپاندیس به سرعت تکثیر شده، سبب التهاب، تورم و تجمع چرک در آپاندیس می شود. اگر این وضعیت به سرعت درمان نشود، آپاندیس ممکن است پاره شود.

### عوارض

آپاندیسیت می تواند عوارض جدی ایجاد کند، مانند:

- پاره شدن آپاندیس: اگر آپاندیس شما پاره شود، محتویات روده های شما و ارگانسیم های عفونی می تواند به داخل حفره شکم نفوذ کند. این امر می تواند سبب عفونت حفره شکمی شما (پریتونیت) شود.
- تشکیل کیسه چرک در شکم: اگر آپاندیس شما پاره شود، عفونت و نفوذ محتویات روده ای ممکن است در اطراف آپاندیس تشکیل آبه (کیسه عفونت) دهد. آبه آپاندیس قبل از اینکه پاره شده و سبب عفونت گسترده تر در حفره شکم شود، نیازمند درمان است.

آزمایشات و روش های مورد استفاده برای تشخیص آپاندیسیت عبارتند از:

- معاینه فیزیکی جهت ارزیابی درد شما: پزشک شما ممکن است فشار ملایمی را بر روی ناحیه دردناک اعمال کند. هنگامی که فشار به طور ناگهان برداشته شود، غالباً درد آپاندیسیت تشدید می شود. این امر علامت آن است که صفاق مجاور ملتهب شده است. سایر نشانه هایی که پزشک به آنها توجه می کند شامل سفتی شکم و تمایل به سفت کردن ماهیچه های شکم در پاسخ به فشار وارده بر روی آپاندیس ملتهب می باشد.

- آزمایش خون: به پزشک شما امکان بررسی افزایش تعداد گلبول های سفید خون را می دهد که نشان دهنده وجود عفونت است.
- آزمایش ادرار: پزشک شما ممکن است از شما درخواست انجام آزمایش ادرار نماید تا مطمئن شود که دلیل درد شما عفونت مجاری ادراری یا سنگ کلیه نیست.
- تصویبرداری: همچنین پزشک شما ممکن است جهت کمک به تائید آپاندیسیت یا یافتن سایر علل درد شما درخواست انجام تصویبرداری شکم با استفاده از اشعه ایکس، سونوگرافی یا سی تی اسکن را دهد.

### شیفت سوم بستری) درمان بیماری

درمان آپاندیسیت معمولاً شامل جراحی جهت برداشتن آپاندیس ملتهب است. با توجه به وضعیت شما ممکن است درمان های دیگر مورد نیاز باشد.

آپاندکتومی می تواند به صورت یک عمل جراحی باز با استفاده از ایجاد یک برش در ناحیه شکم به طول ۲-۴ اینچ (۵ - ۱۰ CM) انجام شود. یا جراحی آپاندیسیت می تواند به صورت یک عمل لاپاروسکوپی انجام شود که شامل چند برش کوچک در ناحیه شکم است. در طول آپاندکتومی لاپاروسکوپی، جراح ابزارهای ویژه جراحی و یک دوربین ویدئویی را به داخل شکم شما وارد می کند تا آپاندیس شما را خارج سازد.

به طور کلی، جراحی لاپاروسکوپی به شما امکان بهبودی سریع تر و با جای زخم (اسکار) کمتر را می دهد. اما جراحی لاپاراسکوپی برای همه مناسب نیست. اگر آپاندیس شما پاره شده و عفونت گسترش پیدا کرده باشد یا اگر یک آبسه وجود داشته باشد، شما ممکن است به آپاندکتومی باز نیاز داشته باشید. آپاندکتومی باز به پزشک امکان تمیز کردن حفره شکمی را می دهد. اگر آپاندیس شما پاره شود و یک آبسه در اطراف آن تشکیل گردد، آبسه ممکن است با قرار دادن یک لوله از طریق پوست شما و داخل آبسه تخلیه شود. آپاندکتومی می تواند چند هفته پس از کنترل عفونت انجام شود.

### شیفت چهارم بستری) آموزش های ترخیص

انتظار می رود که بهبودی پس از آپاندکتومی چند هفته به طول انجامد. اگر آپاندیس شما پاره شود، زمان بیشتری برای بهبودی لازم است. در طول زمان بهبودی، شما می توانید برای کمک به التیام بدن اقدامات زیر را انجام دهید:

- اجتناب از فعالیت شدید در ابتدا: اگر آپاندکتومی شما به روش لاپاروسکوپی انجام شد، فعالیت شما برای ۳ تا ۵ روز اول پس از جراحی محدود می شود. اگر آپاندکتومی باز انجام شد، فعالیت شما برای ۱۰ الی ۱۴ روز اول بعد از جراحی محدود می شود. از پزشک خود درباره زمانی که می توانید فعالیت عادی را از سرگیرید، سوال نمایید.
- از شکم خود در زمان سرفه کردن حفاظت نمایید: شما ممکن است زمان سرفه کردن، عطسه کردن یا انجام حرکات دیگر در شکم احساس درد کنید. برای محافظت از شکم خود یک بالش بر روی شکم قرار داده و قبل از انجام این حرکات فشاری را اعمال نمایید.

- در صورتیکه داروهای ضد درد اثربخش نبودند با پزشک خود تماس بگیرید: وجود درد استرس بسیاری بر بدن شما وارد کرده و سبب کند شدن فرآیند بهبودی می گردد. اگر با وجود مصرف داروهای ضد درد همچنان درد دارید، با پزشک خود تماس بگیرید.
- هنگامی که آمادگی دارید بلند شوید و حرکت کنید: فعالیت خود را به آهستگی شروع کرده و افزایش دهید. با پیاده روی های مختصر شروع کنید.
- زمانی که احساس خستگی می کنید بخوابید: هنگامی که بدن شما بهبود می یابد، شما ممکن است نسبت به حالت عادی احساس خواب آلودگی بیشتری داشته باشید. این امر طبیعی است و زمانی که نیاز دارید استراحت نمایید.
- در مورد بازگشت به کار یا مدرسه با پزشک خود صحبت کنید: شما می توانید زمانی که احساس بهبودی کردید به سرکار برگردید. کودکان ممکن است کمتر از یک هفته پس از جراحی قادر باشند به مدرسه بروند، اگرچه فعالیت شدید مانند ورزش باید برای ۲-۴ هفته بعد از جراحی محدود شود