

تعریف:

این بیماری، متورم شدن زائده آپاندیس است که وقوع آن در ۲ سال اول زندگی نادر است و در سنین مدرسه و نوجوانی افزایش می یابد. بیشترین شیوع ابتلا بین سنین ۱۰-۳ سالگی است.

علائم بیماری:

- ۱ - دردهای شکمی که بیشتر در اطراف ناف شروع و متمرکز می شود.
 - ۲ - تهوع، استفراغ، بی اشتها، یبوست یا اسهال وجود دارد.
 - ۳ - تب خفیف، گلگونی چهره، بی قراری، تحریک پذیری، بی خوابی، زنان باردار و تنفس بدبو وجود دارد.
- در هنگام درد، دراز کشیده و برای کاهش فشار و کشیدگی عضلات شکمی، پاها را بالا می آورد.

درمان طبی:

ناشتا نگهداشتن شخص به مدت چند ساعت، برقراری مایعات وریدی، کاستن تب، شروع آنتی بیوتیک مناسب.

درمان جراحی:

خارج کردن آپاندیس در مدت ۲۴-۴۸ ساعت بعد از شروع علائم است تا خطر پارگی آپاندیس کاهش یابد.

آموزش بیماران و حفظ سلامتی:

الف) آموزش قبل از عمل

- ۱ - در این مرحله از مسهل یا ملین استفاده نکنید . زیرا این امر منجر به سوراخ شدن آپاندیس می شود.
- ۲ - جهت کاستن تب می توانید از تب بر تجویز شده استفاده کنید.
- ۳ - بهترین راه جهت کاستن تب: پاشویه دادن مرتب است.
- ۴ - برای کاهش درد، از یخ یا کیف آب سرد یا گرم استفاده نکنید.
- ۵ - قبل از تشخیص بیماری به هیچ وجه از مسکن استفاده نکنید.
- ۶ - قبل از عمل، مثانه خود را تخلیه نمایید.

ب) آموزش بعد از عمل

- ۱- برای کاهش درد می توانید از مسکن تجویز شده استفاده کنید.
 - ۲- می توانید بعد از به هوش آمدن کامل در وضعیت نیمه نشسته قرار بگیرید.
 - ۳- در صورت دیستانسیون و احتباس ادراری می توانید از کیف آب گرم بر روی مثانه خود استفاده کنید . چنانچه این مشکل برطرف نشد به پرستار مربوطه اطلاع دهید تا در صورت لزوم از لوله معده و سوند فولی استفاده شود.
 - ۴- با دست خودتان محل پانسمان را حفاظت کرده و جهت خارج کردن ترشحات سرفه کنید.
 - ۵- ۲۴ ساعت بعد از عمل می توانید به آرامی از تخت پائین آمده و راه بروید.
 - ۶- در صورت برقراری صداهای طبیعی روده می توانید از مایعات خوراکی استفاده کنید. و در صورت تحمل می توانید از غذاهای معمولی نیز استفاده نمایید.
 - ۷ - جهت کاستن تب می توانید از مایعات خوراکی بیشتری استفاده کنید. همچنین از تب بر تجویز شده یا پاشویه دادن استفاده کنید.
 - ۸- در صورت خونریزی از محل پانسمان به پرستار مربوطه اطلاع دهید.
 - ۹- در صورت لزوم دو مورد نحوه کارکرد سرم از پرستار مربوطه کمک بخواهید.
- در صورت خونریزی از لثه ها، خون در ادرار یا مدفوع، زردی چشم ها یا پوست بدنتان فوراً به پزشک یا پرستار مربوطه اطلاع دهید.

ج) آموزش به هنگام ترخیص

- ۱- بدانید که رژیم غذایی و سطح فعالیت شما ظرف مدت (۱-۲) هفته به حالت طبیعی بر می گردد.
- ۲- از انجام فعالیت شدید به مدت چندین هفته باید خودداری نمایید.
- ۳- محل زخم را تمیز نگه داشته و با بتادین آغشته به سرم شستشو و آنرا ضدعفونی کنید.
- ۴- حتماً در تاریخی که ذکر شده جهت ویزیت و برداشتن بخیه ها و ... به پزشک معالج مراجعه کنید.

آپاندیسیت و مراقبتهای قبل و بعد از عمل

از نکات زیر خودداری کنید

- ۱ - بریدگی، کوفتگی، سوختگی
 - ۲ - کار در نزدیکی بوته های خاردار
 - ۳ - شخم زدن و کندن زمین در باغ
 - ۴ - نگه داشتن سیگار در دست
 - ۵ - کار کردن با اجاقهای داغ
 - ۶ - بستن ساعت مچی یا جواهرات
- سعی کنید کارت بیماری خود را همیشه همراه داشته باشید. و به توصیه های پزشک در مورد ادامه درمان حتماً عمل کنید.



مرکز آموزشی درمانی امام خمینی (ره)

آپاندیسیت و مراقبتهای قبل و بعد از عمل

بخش جراحی زنان

دقت کنید:

- اگر ترشحات یکباره قطع شد
 - اگر ترشحات بدبو و بیش از حد شد.
 - اگر مسیر این لوله بسته شد.
- به پزشک خود اطلاع دهید.
- به توصیه پزشک در مورد زمان برداشتن آن اقدام کنید.
 - نگذارید از اندام مبتلای شما خون یا فشارخون گرفته شود.
 - برای اجتناب از نیش حشرات بندهای مخصوص استفاده کنید.
 - از دستکش برای حفاظت خود استفاده کنید.
 - از اشیاء برنده پرهیز کنید.
 - از برداشتن اشیاء سنگینتر از ۵ تا ۱۰ پوند اجتناب کنید.
 - اگر ضربه یا شکنندگی در پا ایجاد شود.
 - محل را با آب و صابون شستشو دهید.
 - موارد غیر عادی را مانند (قرمزی، تورم و تب) را گزارش کنید.
 - مراقبت و درمانهای بعد از عمل را بکار ببندید.
 - به مدت دو سال هر سه ماه یکبار ویزیت شوید.
 - معاینات دوره ای را هر ماه در مورد پستان دیگر خود انجام دهید.
 - ورزشها را با مسواک زدن، شانه کردن و بطور ساده شروع کنید.
 - سه بار در روز هر بار ۲۰ دقیقه تا شش هفته ورزش کنید.
 - قبل از ورزش دوش بگیرید و ۳۰ دقیقه قبل از ورزش مسکن مصرف کنید.

نمونه ورزشهای ساده:

۱- جالا رفتن با دست روی دیوار
نزدیک دیوار بایستید با خم و راست کردن انگشتان دست را روی دیوار به سمت بالا ببرید تا آرنج صاف شود.

۲- طناب بازی

روبروی در بایستید طناب را از روی در رد کنید سرهای آزاد طناب را با دو دست بگیرید و در را مابین پاهای خود ثابت نگهدارید و بطور متناوب طناب را بالا و پایین بکشید. شما در محل عمل خود لوله ای دارید که بصورت کیسه یا هموواگ وصل است.