

## درد شکم:

شکم به حد فاصل بین پرده دیافراگم ( پرده زیر ریه ها ) تا ناحیه ورودی لگن گفته می شود و یک حفره تو خالی است که برخی اندام ها مثل معده روده کوچک و بزرگطحال کیسه صفرا و . . . در آن جای گرفته اند.

درد های شکمی نوع اول مثل درد ناشی از اسهال ، نفخ ، دل پیچه و عادت ماهانه را تقریباً همه مردم می شناسند. و حداقل چند بار در طول زندگی آن را تجربه کرده اند.

برخی از درد های شکمی ساده هستند و به درمان نیازی ندارند و خودبه خود بهبود می یابند. اما گاهی خطر ناک و کشنده هستند و نیاز به اقدام فوری پزشکی دارند.

## درد هایی که نیاز به پیگیری و مراجعه

### به پزشک دارند عبارتند از:

1-درد های ارجاعی : منشاء این درد ها از محوطه خارج شکمی است یعنی بیمار با درد شکم مراجعه می کند و بعد از معاینه و آزمایشات معلوم می شود مثلاً درد مربوط به عفونت ریه می باشد.

2- درد های شدید و نفس گیر که فرد در اثر آن خمیده و دولا راه می رود .

3- درد های مداوم و طول کشیده

4- درد های همراه با تب

5- درد های همراه با زردی پوست

6- دردی که به پشت می زند.

7- درد همراه خونریزی گوارشی

8- دردی که با تغییر وضعیت بدتر می شود.

9-دردی که در اثر فعالیت ایجاد می شود

## 10- درد قاعدگی:

اگر درد به صورت غیر عادی از دوره های قبل بود باید به پزشک مراجعه شود تا از نظر بارداری خارج رحمی و یا پارگی کیست تخمدان بررسی شود.



بیمارستان ولایت دامغان بی

شماره سند: EL-09-98

تاریخ صدور: 1403/01/15

تاریخ بازنگری: 1404/03/15

## آموزش به بیمار

### درد شکم



تهیه کننده: فرگس کوه کن - محمد چراغیان

## توصیه های بهداشتی جهت کنترل درد شکم:

- 1- وعده های غذایی کم حجم مصرف کنید.
- 2- از مصرف غذا های چرب و تند اجتناب نمایید.
- 3- در صورت اسهال از برنج سفید ساده استفاده نمایید.
- 4- در صورت اسهال از پوره سیب که همان سیب رنده شده و پخته شده است و حاوی فیبر می باشد استفاده نمایید.

جهت پاسخگویی به سوالات مربوط به این بیماری با شماره تلفن زیر تماس حاصل فرمایید:

تلفن: 35225120 الی 28 دواحد آموزش سلامت

یا به سایت زیر مراجعه نمایید:

[velayathos.semums.ac.ir](http://velayathos.semums.ac.ir)

منبع ومولف: راهنمای سریع آموزش به بیمارمنیژه نصیری  
زاد

## شایع ترین علایم درد شکم:

- 1- احساس سوزش در معده
- 2- کاهش اشتها
- 3- تهوع و استفراغ
- 4- اسهال
- 5- دفع گاز یا آروغ زدن
- 6- احساس نفخ

## در چه صورتی برای درمان به پزشک مراجعه کنیم؟

- درد شدید شکم و پهلو
- درد شکم به همراه تب و لرز
- درد تیر کشنده به پشت و شانه ها
- وجود برجستگی یا بیرون زدن توده
- بی اشتهایی شدید
- کاهش وزن
- مدفوع خونی یا استفراغ خونی