



درد معمولاً به صورت تیز و تند است و ممکن است با علائم دیگر همچون تب، سرفه و آبریزش بینی همراه باشد.

نفخ شکم ممکن است به علت تجمع گاز در دستگاه گوارش باشد که معمولاً منجر به درد شکم می‌شود.

## درمان سریع درد شکم:

درمان سریع درد شکم می‌تواند بسته به علت احتمالی و شدت درد متفاوت باشد. اما برای درمان دل درد و مشکلات معده، مهم است که علت اصلی مشکل تشخیص داده شود. چند روش ساده و موثر برای کاهش سریع دل درد عبارتند از:

### -استراحت

-کمپرس گرم یا سرد: استفاده از کمپرس گرم یا سرد روی ناحیه دردناک می‌تواند به کاهش درد کمک می‌کند.

-رژیم غذایی: مصرف غذاهای سبک و آرامش بخش می‌تواند به کاهش درد کمک کند.

-مصرف داروها: در صورتی که درد شکمتان ملایم تا متوسط است، می‌توانید از داروهای ضد درد استفاده کنید.

در هر صورت، اگر درد شکم شما مزمن، شدید و مداوم باشد یا به همراه علائم دیگری مانند تب، استفراغ، خونریزی یا تشنج باشد، بهتر است به یک پزشک مراجعه کنید.



ناحیه پایین سمت راست شکم شروع شود و به صورت ضربه زدن و تیز باشد. ممکن است همراه با تهوع، استفراغ، تب و تورم شکم باشد.

-عفونت مجاری ادراری و سنگ کلیه: عفونت مجاری ادراری می‌تواند درد و سوزش در منطقه پایین شکم، ادرار کم و منقطع، تب و احساس تشنگی شدید را ایجاد کند. در صورت وجود سنگ کلیه نیز، درد به صورت تیز و ضربه زدن در لگن، کمر و پایین شکم شروع می‌شود و ممکن است با تهوع، استفراغ و خونریزی هنگام ادرار همراه باشد.

## انواع درد شکم:

دل درد دور ناف معمولاً به علت انواع مشکلات گوارشی ایجاد می‌شود.

دردهای قسمت پایین شکم می‌توانند به علت مشکلات در اعضای پایین شکم مانند آپاندیسیت، التهاب رحم و تخمدان، التهاب پروستات، سندروم روده تحریک پذیر، سنگ کلیه، التهاب مجاری ادراری و آسیب به روده‌ها و مثانه باشند.

دردهای بالای شکم ممکن است به علت مشکلات در اعضای بالای شکم مانند زخم معده، آسیب مری، التهاب مری، آسیب کبدی، کلیه، پانکراس و همچنین اختلالات قلبی ناشی از آنژین صدری باشد.

برخی از ویروس‌ها می‌توانند عفونت در قفسه سینه و معده را ایجاد کنند، که منجر به درد شکم و قفسه سینه می‌شود. این



## درد شکم:

علل درد شکم می‌توانند متنوع باشند از جمله عوامل فیزیکی مانند التهاب، التهاب روده‌ها، اسپاسم عضلات معده، زخم معده یا اثنی عشر، نفوذ اسید معده به مری، سنگ کلیه و مشکلات گوارشی مانند عفونت معده و روده‌ها، درمان درد شکم بستگی به علت اصلی درد و شدت آن دارد. درد شکم یا دل درد یکی از شایع‌ترین مشکلات گوارشی است که می‌تواند در هر سن و در هر جنسیتی رخ دهد. درد شکم می‌تواند به صورت حاد یا مزمن و به صورت موقت یا مداوم ظاهر شود. در برخی موارد، درد شکم می‌تواند با استفاده از روش‌های ساده مانند استراحت، تغییرات در سبک زندگی و تغذیه مناسب بهبود یابد. در موارد دیگر، ممکن است نیاز به مداخله پزشکی داشته باشد. پزشک ممکن است بررسی تکمیلی برای تشخیص دقیق تر از جمله آزمایش خون، آزمایش ادرار، آزمایش‌های تصویربرداری مانند سونوگرافی، رادیوگرافی یا آندوسکوپی را انجام دهد.

## دلیل درد شکم:

-دردهای معده: دردهای معده ممکن است به علت زخم معده، معده درد عصبی، التهاب معده (گاستریت)، عفونت میکروب معده و یا ریفلاکس معده‌ای رخ دهند. این دردها ممکن است به صورت سوزشی، تیز، مزمن یا ناگهانی باشند و با غذا خوردن و استراحت تسکین پیدا کنند.

-آپاندیسیت: درد آپاندیس به علت التهاب آپاندیس (یک بخش کوچک از روده کوچک که در ناحیه سمت راست شکم قرار دارد) رخ می‌دهد. این درد به صورت شدید و ممکن است در



## درد شکم



پزشک تایید کننده: دکتر حسنا تاجیک

واحد آموزش سلامت بیمارستان فوق  
تخصصی قائم (عج)



تغییر سبک زندگی و بعضی از رژیم‌های غذایی می‌توانند به درمان درد ناشی از نفخ و سوء هاضمه کمک کنند. در این راستا، موارد زیر را امتحان کنید:

- تعداد وعده‌های غذایی خود را افزایش دهید و هر بار غذای کمتری بخورید.
- آرام غذا بخورید.
- غذای خود را خوب بجوید.
- از نوشیدنی‌ها زمانی استفاده کنید که دمای آن‌ها به دمای اتاق رسیده باشد.
- از خوردن غذاهایی که باعث نفخ یا سوء هاضمه می‌شوند، بپرهیزید.
- مصرف الکل و کافئین را کاهش دهید.
- بلافاصله بعد از خوردن غذا دراز نکشید.
- بعد از خوردن غذا کمی پیاده‌روی کنید.
- استرس خود را مدیریت کنید.

رشت، بلوار شهید افتخاری

۰۱۳۳۳۵۶۵۰۱۱-۱۹

۰۱۳۳۳۵۶۵۰۱۰

[www.ghaem-hospital.ir](http://www.ghaem-hospital.ir)

[info@ghaem-hospital.ir](mailto:info@ghaem-hospital.ir)



پس از شرح حال و معاینه و پاسخگویی به سوالات، پزشک ممکن است برای تعیین علت درد تست‌های زیر را به شما توصیه کند:

- آزمایش مدفوع یا ادرار
- آزمایش خون
- تنقیه یا بلع باریم
- تصویربرداری با اشعه ایکس
- سونوگرافی
- سی تی اسکن
- ام آر آی (MRI)
- آندوسکوپی کولونوسکوپی یا سیگموئیدوسکوپی

## درمان درد شکم:

درمان شکم درد در بزرگسالان و کودکان به علت بروز آن بستگی دارد و می‌تواند شامل موارد زیر باشد:

- مصرف دارو برای کاهش التهاب، جلوگیری از رفلکس اسید معده یا درمان زخم و عفونت

- عمل جراحی برای درمان مشکلات مرتبط با یک اندام

- مُسکن‌های بدون نسخه مانند آسپرین و ایبوپروفن می‌توانند معده شما را تحریک و درد را تشدید کنند. این داروها را مصرف نکنید، مگر اینکه پزشک علت دل درد را تشخیص داده باشد و استفاده از آن‌ها را توصیه کند.