



راجعَت قسم الطوارئ بسبب ألم في البطن، وفحصك الطبيب للتأكد من عدم وجود التهاب في الزائدة الدودية. لا يُظهر فحصك وتحاليلك اليوم حاجة إلى عملية، لكن التهاب الزائدة قد يحتاج إلى وقت حتى تظهر علاماته.

ما هو؟

الزائدة الدودية أنبوب صغير متصل بالأمعاء في الجهة اليمنى السفلى من البطن. إذا انسدت والتهبت يُسمّى ذلك التهاب الزائدة. يبدأ الألم غالباً حول السرة ثم ينتقل إلى أسفل البطن من الجهة اليمنى، ويزداد عادةً خلال ساعات. يحتاج التهاب الزائدة إلى علاج في المستشفى، وغالباً إلى عملية.

كيف تعتني بنفسك في المنزل

- ارتح في البيت، ومن الأفضل أن يبقى معك شخص بالغ خلال الـ 24 ساعة القادمة.
- اشرب السوائل الصافية، وتناول طعاماً خفيفاً فقط إذا رغبت في ذلك.
- راقب تغيّر الألم، ولاحظ إن انتقل إلى الجهة اليمنى السفلى أو ازداد شدة.
- لا تتناول المليّنات ولا تضع قربة ماء ساخن على بطنك قبل أن يفحصك الطبيب مرة أخرى.
- ابقَ قريباً من قسم الطوارئ، وتأكد من وجود وسيلة للعودة بسرعة.

المتابعة

- إذا طُلب منك العودة لفحص أو صورة أشعة فالتزم بالموعد حتى لو شعرت بتحسن.
- راجع الطبيب العام أو المركز الصحي خلال 24 ساعة إذا لم يزل الألم.

الأدوية

- يمكن أن يخفّف الباراسيتامول الألم، ما لم يطلب منك الطبيب عدم تناوله. اتّبع تعليمات العلبة أو تعليمات طبيبك.
- تجنّب المسكّنات القوية إلا إذا وصفها الطبيب، لأنها قد تُخفي ازدياد الألم.

عُد إلى قسم الطوارئ أو اتصل بالإسعاف فوراً إذا:

- ازدياد الألم أو انتقاله إلى الجهة اليمنى السفلى من البطن
- ألم يزداد عند المشي أو السعال أو مع اهتزاز السيارة
- حُمى أو رجفة أو تعرّق
- قيء لا يتوقف أو عدم القدرة على الاحتفاظ بالسوائل
- بطن يصبح قاسياً أو منتفخاً أو شديد الألم عند اللمس
- الشعور بالإغماء أو الدوخة أو بتوتّعك شديد

