

در صورتی که درد با علائم و نشانه های
نگران کننده زیر همراه باشد بدن بال درمان
اورژانسی پزشکی باشید:

درد شدید
تب
مدفوع خونی
حالت تهوع و استفراغ مداوم
کاهش وزن
پوستی که زرد به نظر میرسد
درد شدید هنگام لمس شکم
ورم شکم

تعاریف مختلف درد شکمی

درد شکمی حاد

بیماری های مختلفی که باعث ایجاد درد حاد
شکمی می شوند معمولا با علائم دیگری همراه
هستند و طی چند ساعت تا چند روز بروز می یابند.

درد مزمن شکمی «متناوب یا منسجم»

تعیین علت این نوع درد دشوار است. علائم
ممکن است از خفیف تا شدید تغییر کند.
نامتناوب و گه گاه باشند اما اینطور نیست که
حتما با گذشت زمان بدتر شود.

درد شکمی پیش رونده

دردی است که پیوسته با گذشت زمان بدتر می
شود و معمولا خطرناک است.

درد شکم



بیارتان تخصصی فوق تخصصی سرطان رکت

کد سند: ۱۸-۲۰-۶-BCC

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۴/۰۲/۲۷

☎ ۰۲۱-۹۲۰۰۱۳۶۰

📱 barkat.ccenter

🌐 bcc.barkatshd.com



نکات قابل توجه

در صورتی که درد شکم شما را نگران کرده و یا بیش از چند روز طول کشیده است به پزشک خود مراجعه کنید.

در صورتی که درد شکم شدید است و بدنال ضربه مانند تصادف یا آسیب باشد یا فشار یا در قفسه سینه با ۱۱۵ تماس بگیرید.

راه هایی برای کاهش درد خود بیابید. اگر درد شما با سوء هاضمه همراه است در وعده های غذایی مقدار کمتری غذا بخورید.

اگر زخم معده شما را آزار می دهد: غذاهای محرک و پر ادویه نخورید. قهوه کمتر بخورید. سیگار نکشید.



از مصرف غذاهای بدون نسخه مانند آسپرین و بروفن خودداری کنید. زیرا این داروها می توانند باعث تحریک و سوزش معده شوند که ممکن است درد شکم را بدتر کنند.

ایجاد تغییر در سبک زندگی و عادات غذایی مثلا افرادی که به عدم تحمل لاکتوز دچار هستند می توانند ماست را جایگزین شیر کنند.

اگر از بیماری روده تحریک پذیر رنج می برید فیبر و سبزیجات بیشتری بخورید.

زنانی که بر اثر کیست داخل رحم و کشش عضلات لگن مبتلا به انواع عفونت ها و رشد توده های غیر سرطانی ممکن است دچار فشار و درد شکم و لگن شوند و باید به پزشک مراجعه کنند تا با روشن شدن علت اصلی درد شروع به مصرف داروهای لازم نمایند.

در صورت عفونت باید آنتی بیوتیک مصرف شود.

فیزیوتراپی به تقویت عضلات لگن کمک می کند و از درد می کاهد.



درد های قسمت بالای شکم و قسمت وسط و اطراف ناف بیشتر مربوط به معده و انتهای مری است.

دردهایی که در قسمت فوقانی و سمت راست شکم به وجود می آید مربوط به کبد و کیسه صفرا می تواند باشد.

اگر شما هیچ بیماری خاصی ندارید دل دردتان می تواند در اثر استرس و نگرانی های بیش از حد باشد.

یوگا مدیتیشن و نفس عمیق کشیدن راه های کاهش استرس هستند.