



التهاب الزائدة الدودية

ما هو التهاب الزائدة الدودية؟

التهاب الزائدة الدودية هو التهاب يصيب الزائدة الدودية، وهي جيب على شكل إصبع تخرج من القولون في الجانب الأيمن السفلي من البطن.

يسبب التهاب الزائدة الدودية ألمًا في أسفل البطن الأيمن. ومع ذلك، في معظم الناس، يبدأ الألم حول السرة ثم يتحرك. مع تفاقم الالتهاب، يزداد ألم التهاب الزائدة الدودية عادةً ويصبح حادًا في النهاية.

على الرغم من أن أي شخص يمكن أن يصاب بالتهاب الزائدة الدودية، إلا أنه يحدث غالبًا في الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين 10 و30 عامًا.

My Health
Digest

ما هي علامات وأعراض؟

- ألم مفاجئ يبدأ حول السرة وينتقل غالبًا إلى أسفل البطن الأيمن
- الألم الذي يزداد سوءًا عند السعال أو المشي أو القيام بحركات مزعجة أخرى
- استفراغ وغثيان
- فقدان الشهية
- حمى منخفضة الدرجة قد تتفاقم مع تقدم المرض
- الإمساك أو الإسهال
- انتفاخ البطن
- انتفاخ

ما هي أسباب التهاب الزائدة الدودية؟

من المحتمل أن يكون سبب التهاب الزائدة الدودية انسدادًا في بطانة الزائدة الدودية ينتج عنه عدوى. تتكاثر البكتيريا بسرعة، مما يؤدي إلى التهاب الزائدة الدودية وتورمها وامتلائها بالقيح. إذا لم يتم علاج الزائدة الدودية على الفور.

المضاعفات

- تمزق الزائدة الدودية. يؤدي التمزق إلى انتشار العدوى في جميع أنحاء البطن (التهاب الصفاق). من المحتمل أن تكون هذه الحالة مهددة للحياة، وتتطلب جراحة فورية لإزالة الزائدة الدودية وتنظيف تجويف البطن.



علاج

- عادة ما يتضمن علاج الزائدة الدودية عملية جراحية لإزالة الزائدة الملتهبة. قبل الجراحة قد يتم إعطاؤك جرعة من المضادات الحيوية لعلاج العدوى.

كيف يتم اجراء الجراحة؟

- يمكن إجراء استئصال الزائدة الدودية كجراحة مفتوحة باستخدام شق بطني واحد بطول 2 إلى 4 بوصات (5 إلى 10 سم) (شق البطن). أو يمكن إجراء الجراحة من خلال بضع شقوق صغيرة في البطن (جراحة بالمنظار). أثناء استئصال الزائدة الدودية بالمنظار، يُدخل الجراح أدوات جراحية خاصة وكاميرا فيديو في بطنك لإزالة الزائدة الدودية.
- بشكل عام، تسمح لك الجراحة بالمنظار بالتعافي بشكل أسرع والشفاء بأقل ألم وتندب. قد يكون من الأفضل لكبار السن والأشخاص المصابين بالسمنة.
- لكن الجراحة بالمنظار ليست مناسبة للجميع. إذا تمزق الزائدة الدودية وانتشرت العدوى خارج الزائدة الدودية أو كان لديك خراج، فقد تحتاج إلى استئصال الزائدة الدودية المفتوحة، مما يسمح للجراح بتنظيف تجويف البطن.

نمط الحياة والعلاجات المنزلية

- توقع بضعة أسابيع من التعافي من استئصال الزائدة الدودية، أو لفترة أطول إذا انفجرت الزائدة الدودية. لمساعدة جسمك على الشفاء:
- **تجنب النشاط الشاق في البداية.** إذا تم إجراء استئصال الزائدة الدودية بالمنظار، فحد من نشاطك لمدة ثلاثة إلى خمسة أيام. إذا كنت قد خضعت لعملية استئصال الزائدة الدودية المفتوحة، فحد من نشاطك لمدة 10 إلى 14 يومًا. اسأل طبيبك دائمًا عن القيود المفروضة على نشاطك ومتى يمكنك استئناف الأنشطة العادية بعد الجراحة.
- **ادعم بطنك عند السعال.** ضع وسادة على بطنك واضغط عليها قبل أن تسعل أو تضحك أو تتحرك للمساعدة في تقليل الألم.



• اتصل بطبيبك إذا لم تساعدك مسكنات الألم. إن الشعور بالألم يضع ضغطًا إضافيًا على جسمك ويبطئ عملية الشفاء. إذا كنت لا تزال تعاني من الألم على الرغم من تناول مسكنات الألم، فاتصل بطبيبك.

• انهض وتحرك عندما تكون مستعدًا. ابدأ ببطء وزد من نشاطك عندما تشعر أنك قادر على ذلك. ابدأ بالمشي لمسافات قصيرة.

• النوم عند التعب. بينما يشفي جسمك، قد تجد أنك تشعر بالنعاس أكثر من المعتاد. خذ الأمور ببساطة وارتاح عندما تحتاج إلى ذلك.

• ناقش العودة إلى العمل أو المدرسة مع طبيبك. يمكنك العودة إلى العمل عندما تشعر أنك قادر على ذلك. قد يتمكن الأطفال من العودة إلى المدرسة بعد أقل من أسبوع من الجراحة. يجب أن ينتظروا أسبوعين إلى أربعة أسابيع لاستئناف النشاط الشاق، مثل دروس الصالة الرياضية أو الرياضة.

