

<原文>

How to know the difference between a stomachache and appendicitis

Dr. Darien is with us and today we are looking at **tummy ache**, **appendicitis**. How do you know the difference?

So how do you figure out the difference, especially when you have a crying child? Maybe they have a fever and you all of a sudden forgot everything you know about **abdominal** pain or **stomach** pain. This is when I teach parents how to do a simple abdominal or stomach exam. So when you're trying to figure out the difference between a **stomachache** maybe from something that they ate, versus an **infection** that might need **surgical treatment**, my thing is talking to the child about their **symptoms**.

If you can't, well, I would suggest doing a quick abdominal exam and that includes just separating our abdomen or our stomach into four different **quadrants**. And while they're distracted, they often, for example, will play something on the television or ask a parent to play something on their phone. — And that's really important because children, while they're distracted, give the most honest exams. — And then that is when you just search around their **abdomen** or their **belly** pressing **finely**. You want to be mindful if you have pain in the right lower quadrant, that is what we get concerned about, something called appendicitis. That's an **inflammation** of the **bowel**. That might require surgery. So I focus on that right lower quadrant area when I'm talking to the child, distracting them, and if they all of a sudden stop what they're doing and they're like "Hey, that hurts!", that's when I define that as a red flag.

What about adults? Does it apply to the same way?

The same way. Thankfully, you don't have to distract adults in this… Well, I would say in some of my patients, I do have to distract them when I give them exams.

Give them a phone?

But thankfully you can talk to an adult mostly. Appendicitis often happens between 10 and 30 in those age groups and so that's when you want to pay the most attention. But it can happen to anyone. I've diagnosed it in a variable and variable ages.

And are you just checking for pain or is there like a **lump** or something that...

You know, there's nothing you should feel. Pain is the biggest thing, but also for example, we look for signs of **peritonitis**, that is inflammation of the whole bowel that comes with pain when jumping around. Even the car ride to the emergency room, sometimes parents will say every time we hit a bump they were screaming. That's a sign you should look for.

<日本語訳>

腹痛と虫垂炎の違いを知る方法

ダリエン先生をお迎えして、今日はお腹の痛み、虫垂炎についてご紹介します。その違いはどうやってわかるのでしょうか？

特に泣いている子供がいる場合、どうやってその違いを見分けましょう？子どもが熱を出して、突然腹痛や胃痛について知っていることをすべて忘れてしまうかもしれません。そんなとき、私は親御さんたちに簡単な腹部や胃の診察の仕方を教えています。食べたものが原因の腹痛なのか、それとも外科的治療が必要な感染症なのか、その違いを見極めようとするとき、私が大切にしているのは、子供と症状について話すことです。

それができない場合は、腹部を4つの象限に分けて検査することをお勧めします。また、子供たちは気を取られている間に、例えばテレビで何かを再生したり、親御さんにスマホで何かを再生するように頼むことがあります。——これは本当に重要なことで、子供たちは気が散っている間、最も正直な検査をするのです。——そして、お腹のあたりを探したり、お腹を細かく押したりするのです。右下腹部に痛みがある場合は、虫垂炎と呼ばれるものが心配です。これは腸の炎症です。手術が必要になるかもしれません。だから私は、子供と話をしているときに右下腹部に意識を集中させ、注意をそらし、子供が突然自分のしていることをやめて、「ちょっと、痛い！」と言ったら、それを赤信号と定義しています。

大人の場合はどうですか？同じように適用されますか？

同じですよ。ありがたいことに、大人の場合は気をそらす必要はないんだけど…。まあ、私の患者さんの中には、検査をするときに気をそらす必要がある人もいますが。

スマホを見せてあげるんですか？（笑）

でも、ありがたいことに、ほとんど大人とは話すことができます。虫垂炎は10代から30代の年齢層で起こることが多いので、最も注意を払いたい時期です。でも、誰にでも起こる可能性があります。私は様々な年齢層で診断してきました。

痛みのチェックだけですか、それともしこりとか何か…。

何も感じることはありません。痛みは最大の問題ですが、例えば、腹膜炎の徴候がないか調べます。腹膜炎は腸全体の炎症で、飛び跳ねると痛みを伴います。救急外来に向かう車の中でさえ、段差を踏むたびに親が悲鳴をあげていたと言うことがあります。それが探すべき徴候です。

<単語帳>

英語	発音記号	カタカナ	日本語
tummy	túmi	タ'ミ	
abdomen	æbdəmən	ア'ブダ'マン	
belly	béli	ベ'リ	
appendicitis	əpèndəsáit̪ɪs	アペンダサ'イティス	虫垂炎
abdominal	æbdámən(ə)l	アブダ'マナウ	腹部の
stomach	stámək	ス'タマク	胃の
stomachache	stámekèlk	ス'タマケイク	胃痛
infection	ɪnfékʃən	インフェ'クション	感染症
surgical	sé:dʒík(ə)l	サ'アーチカウ	外科の
treatment	trí:tmənt	トウ'リートウマントウ	治療
symptom	sím(p)təm	スイ'ムタム	症状
quadrant	kwádrənt	ク'ワドゥラントウ	四分円
finely	fáɪnlɪ	ファ'インリ	細かく
inflammation	ɪnfláméijən	インフラメ'イション	炎症
bowel	báu(ə)l	バ'ウアウ	腸
lump	lámp	ラ'ンプ	しこり
peritonitis	pérətənáit̪ɪs	ペラタナ'イティス	腹膜炎