

妈妈再也不担心我急性阑尾炎啦！—从症状到术前准备，一网打尽

陈 泽

四川省巴中市恩阳区中医医院 636064

[中图分类号] R656.8

[文献标识码] A

[文章编号] 2095-7165 (2024) 12-071-01

说起急性阑尾炎，很多人脑海中浮现的可能是捂着肚子喊疼、火急火燎地跑去医院的场景。然而，当自己或家人突然肚子疼到难以忍受，却往往不知所措，不知道到底是吃坏了肚子，还是阑尾在闹别扭，又或者是其他急腹症作祟。别着急，咱们这就来把急性阑尾炎的来龙去脉捋一捋，让你做到不慌张、不遗漏还能精准应对！

1 急性阑尾炎的那些“小信号”，你知道几个？

急性阑尾炎的“表演欲”可不小，一般来说，它会先通过腹痛这样的“小动作”吸引你的注意。不过这个腹痛有点特别，很多患者一开始会感到肚脐周围隐隐作痛，后来渐渐转移到右下腹，形成一种固定的压痛，尤其是按下去再松手的时候，疼痛会更加明显——这就是医生常提到的“反跳痛”。

除了疼痛，急性阑尾炎还会通过一些“配套症状”来提醒你，比如恶心、呕吐和食欲不振，有人还会发烧，不过体温一般不会特别高，发烧范围多在 37.5℃ 到 38.5℃ 之间。肚子疼还能忍？别挑战自己的耐性，因为如果拖久了，乱动的阑尾可不简单，它可能“憋屈”到穿孔，甚至引发腹腔感染，那可是会引来更大的麻烦。

2 会不会搞错？急腹症家族“好像都长得差不多”

有人可能会纠结：这肚子疼到底是急性阑尾炎，还是其他病呢？毕竟，急腹症家族里的“成员”实在太多了，有胰腺炎、胆囊炎，还有消化道穿孔——个个都不是什么省油的灯，肚子疼得迷人也是它们的共同特技。

但其实，急性阑尾炎和其他急腹症还是有区别的。如果是胰腺炎，疼痛往往位于上腹，而且疼得厉害的时候像腰背都跟着遭罪；胆囊炎的疼痛多位于右上腹，还可能伴有明显的黄疸和恶心；消化道穿孔则会有“刀割样”的剧烈痛感，并且患者通常有胃溃疡或十二指肠溃疡的病史。这些细节，医生通过专业检查能很快分辨出来，但如果你实在拿不准，记住：别硬扛，尽快去医院才是稳妥之举。

3 肚子疼不拖拉，及时就医很重要

急性阑尾炎不像感冒发烧可以在家观察等待，它是一种需要及时干预的疾病。如果你或家人出现了右下腹固定疼痛、恶心呕吐或上述类似情况，别想着靠热水袋捂一下，或者吃止痛药熬过去，这只会让“作妖”的阑尾暂时闭嘴，却藏起更大的隐患。

到了医院后，医生会结合你的病史、体检情况以及必要的化验或影像学检查（比如 B 超、CT 等），来明确是否是急性阑尾炎。如果诊断明确，大多数情况下，治疗是以手术为主。手术的目的就是把小肠尾部的这个“麻烦制造者”——阑尾给摘除，从根本上解决问题。

4 术前“这点事儿”，忙而不乱更安心

听到“手术”两个字，很多人第一反应是紧张，甚至有些亲友病急乱投医，各种“偏方”“网图搜索”能让人看得更加焦虑。这种时候，镇定下来最重要。患者和家属在术前该做的，是听从医生的安排，配合完成术前准备。

术前最常见的要求是避免吃喝，目的是防止手术中或刚结束手术后出现呕吐，减少可能的风险。此外，医生可能需要抽血检验，确保你的身体状况适合手术；也可能安排腹部 CT 或者 B 超，以便更清楚地确认阑尾的炎症位置和严重程度。只要跟着流程走，不用担心漏掉什么细节。

更重要的一点是，患者需要稳定情绪，术前过度紧张和焦虑只会让你体验“肚子痛”和“发愁”双重折磨！想想那些经历过阑尾炎手术的朋友，从他们轻松地左右跳动的日常就能看出来，手术并不可怕，反而是当前解决问题的重点方法。

5 手术治疗到底价值在哪？值得一聊！

为什么急性阑尾炎需要动手术？听起来好像是“小病”，可真拖下去，它可能真不再“小”。不及时处理，严重的炎症会导致纤细的阑尾壁破裂，从而引发阑尾穿孔甚至腹膜炎，而这些都可能危及生命。作为一种相对成熟和标准化的手术，阑尾切除术不仅能彻底解决病因，还减少了后期可能反复发作的风险。摘除后的阑尾不会对生活产生实质影响，毕竟，这个小家伙并不是人体必需的结构，不用它，日子一样过得风生水起！

同时，现在医疗技术进步迅速，像微创手术（比如腹腔镜）已经成为不少医院的选择——术后恢复起来相对舒适一些，伤口也更隐蔽。尽管选择哪种方式需要听医生评估，但无论哪种术式，都以患者安全为核心目标。这点上，你可以放心地把自己交给专业团队。

6 给患者和家属的几句嘱咐

不管是患者还是家属，遇到急性阑尾炎的第一时间，都可能体会到紧张的不安。别被这些情绪影响了理智，迅速就医、配合检查和治疗，是让你规避风险、恢复健康的最佳方式。当然，也没必要因为以往“听说阑尾炎很危险”的“大道消息”而过度担忧，现在的医疗条件完全能够为患者提供安全可靠的解决方案。

术后恢复期间，患者可能会暂时饮食受到限制、需要适当休息，但这些只是短期的“小插曲”。一切平稳过渡后，你会和那些没了阑尾的朋友一样，踏上健康之路。至于阑尾呢？它无法再生是非，可别念它哦！

总结一句，身体发出的“小信号”，千万别忽视。及时就医，科学治疗，既安心又踏实！妈妈也不用再担心，因为你已经学会如何应对啦！