

هشدار به زنان؛ این دردهای شکمی را جدی بگیرید!

8 دی 1404

بسیاری از زنان درد شکم را عادی می‌دانند، اما گاهی همین درد ساده می‌تواند نشانه یک بیماری جدی باشد.

دکتر پانکاج شارما می‌گوید: «زنان معمولاً درد را در سکوت تحمل می‌کنند و سلامت خود را پشت مسئولیت‌های خانوادگی و کاری پنهان می‌کنند.» به گفته او، این بی‌توجهی می‌تواند باعث تأخیر خطرناک در تشخیص و درمان و در نهایت بروز مشکلات پیچیده‌تر شود.

چرا درد شکم زنان نادیده گرفته می‌شود؟

دلایل مختلفی باعث می‌شود زنان درد شکم را جدی نگیرند:

شرطی‌سازی فرهنگی: از کودکی به بسیاری از زنان آموخته می‌شود درد را بدون شکایت تحمل کنند.

اشتباه گرفتن علائم: دردهای زنانگی یا لگنی اغلب با درد قاعدگی طبیعی اشتباه گرفته می‌شوند.

فشارهای روزمره: کمبود وقت برای رسیدگی به خود، باعث به تعویق افتادن مراجعه به پزشک می‌شود.

این عوامل دست‌به‌دست هم می‌دهند تا مشکلاتی که نباید نادیده گرفته شوند، پنهان بمانند.

۵ علت مهم درد شکم که باید جدی گرفته شوند

۱. سنگ کیسه صفرا

زنان به دلیل تغییرات هورمونی، چاقی و نوع تغذیه بیشتر در معرض سنگ صفرا هستند. درد تیز در سمت راست شکم، به‌ویژه بعد از خوردن غذای چرب اغلب با سوءهاضمه یا نفخ اشتباه گرفته می‌شود. دکتر شارما می‌گوید بسیاری از بیماران ماه‌ها این درد را «ترش‌کردن» تصور می‌کنند و زمانی مراجعه می‌کنند که جراحی اجتناب‌ناپذیر شده است.

۲. آپاندیسیت

آپاندیسیت در زنان می‌تواند شبیه درد قاعدگی یا دل‌درد ساده باشد، اما بسیار خطرناک است.

علامت آن درد روبه‌افزایش در پایین شکم سمت راست است.

در صورت ترکیدن آپاندیس، جان فرد به خطر می‌افتد.

در این موارد مراجعه فوری به پزشک حیاتی است.

۳. اندومتريوز

بیماری‌ای مرتبط با سلامت باروری زنان که اغلب باعث درد شدید و مزمن در زیر شکم می‌شود.

اغلب با مشکلات گوارشی یا درد قاعدگی اشتباه گرفته می‌شود.
تشخیص دیرنگام می‌تواند عوارض جدی ایجاد کند.
زندگی با درد «طبیعی نیست» و نیاز به بررسی تخصصی دارد.

۴. کیست تخمدان

کیست‌ها می‌توانند باعث نفخ و درد مبهم لگن شوند.

در صورت بزرگ شدن یا پیچ‌خوردگی (تورشن)، نیاز به جراحی فوری دارند.
شناخت علائم هشداردهنده می‌تواند تفاوت بین یک ویزیت ساده و اورژانس را رقم بزند.

۵. فتق (هرنیا)

فتق‌ها اغلب پنهان می‌مانند.

برجستگی کوچک در شکم یا کشاله ران که با اضافه‌وزن اشتباه گرفته می‌شود.
بی‌توجهی می‌تواند به انسداد یا خفگی روده منجر شود (وضعیت اورژانسی).