

Karın ağrısı

Acil bölüm bilgi metni

Genel

Karın ağrısı nedir?

Karın ağrısı, kaburga kemiklerinizin altı ile pelvis (leğen) bölgesinde oluşur. Karın olarak nitelenen bu bölge, mide, karaciğer, pankreas, ince ve kalın bağırsak ve üreme organları dahil, birçok organı içerir. Karın ağrısı, hafif bir sorundan acele ameliyat gerektiren durumlara kadar değişiklik gösterebilir.

Belirtileri nelerdir?

Ağrı çok değişik şekillerde oluşabilir. Karın ağrısı aşağıda belirtilen şekillerde hissedilebilir:

- keskin, hafif, bıçak batması gibi, kramp şeklinde, kıvrılma, sıkıntı verici (ya da diğer birçok tanımda)
- kısa süreli dalgalar halinde gelip giden ya da sürekli
- kusmanıza neden olabilecek şekilde
- kıpırdamadan durmak istemenizi gerektirecek ya da 'en iyi pozisyonu' bulmak için ortalıkta dolaşmanıza neden olacak kadar rahatsız edici bulunabilir.

Karın ağrısı neden oluşur?

Karın ağrısının birçok nedeni bulunmaktadır. Bu nedenlerin içerdiği hususlar aşağıda açıklanmaktadır:

- adet görme (aybaşı) ağrıları ya da hamilelikle ilgili sorunlar.
- kabızlık, gaz (yel) ya da ishal gibi bağırsak sorunları
- peptis (mide) ülserleri ya da hazımsızlık ve mide ekşimesi gibi rahatsızlıklar
- crohn hastalığı ve rahatsız edici bağırsak sendromu (IBS) gibi tıbbi durumlar
- gastroenterit (mide-bağırsak) gibi organların enfeksiyonu, gıda zehirlenmesi ya da cinsel ilişkiden bulaşan türleri ve pelvis enfeksiyonları
- idrar yolları enfeksiyonları
- böbrek taşları
- apandisit
- safra kesesi taşları ve karaciğer sorunları

Şaşırtıcı olmakla beraber, karın ağrısının nedeni karınla ilgili bulunmayabilir. Kalp krizi, zatürree, pelvis ya da kasık sorunları, *zona* gibi ciltte oluşan bazı döküntü ya da lekeler, bu ağrının diğer bazı nedenlerini oluşturur.

Söz konusu ağrı, idrar ve aptes yapmada sorunlar, adet (aybaşı) sorunları ya da gaz nedeniyle oluşan karın şişkinliği durumunda dahi duyulabilir.

Tedavi

Karında bu kadar çok organ ve yapının bulunması nedeniyle, ağrının kaynağını bulmak bazen zor olur. Ağrının nedeni belirginleşmeden önce, bazı koşulların gelişmesi zaman alır. Ameliyata girmenize ya da hastaneye yatmanıza gerek olmadığı konusunda doktor karar verecektir.

Tedavi uygulamadan, saatler ya da günler içinde ağrı kendiliğinden hafifleyebilir.

Gerekmesi durumunda, uygulanabilecek olan inceleme ve testler aşağıda açıklanmaktadır:

- enfeksiyon ya da kanama araştırması için bir kan testi. Diğer kan testleri, karaciğer, pankreas ve kalple ilgili enzimleri incelemek için uygulanabilir
- idrar yolları enfeksiyonu ya da kan araştırması için bir idrar testi
- kalp krizi olasılığını araştırmak amacıyla bir ECG (Elektrokardiyografi)
- röntgen çekimi, ultrason ya da CT taraması
- tanılamayan kan ya da diğer sorunların kontrolü için bir rektum incelemesi
- erkek olmanız durumunda, penis (erkeklik organı) ve skrotum kontrolü
- kadın olmanız durumunda, rahim (*uterus*), yumurtalık tüpleri ve yumurtalıklar ile ilgili sorunların kontrolü amacıyla pelvis ya da vajina (döl yatağı) incelemesi
- kadınlar için hamilelik testi

Cinsel etkinliğiniz ya da uyuşturucu ve alkol kullanımınız konularında sorular yöneltilebilir. Ağrınızın doğru biçimde tedavi edilmesini sağlamak için, soruları dürüst ve gerçek olarak yanıtlamanız önemlidir.

Testler uygulanmış olması durumunda, bunların sonuçlarını doktor size açıklayacaktır. Bazı test sonuçlarının alınması birkaç gün sürebilir ve yerel doktorunuzun bu sonuçları izlemesi gerekir. Yerel doktorunuzdan bir randevu alın.

Sorunuzun nedeninin saptanmasında yardımcı olması için bir uzman doktora havale edilebilirsiniz.

Tedaviniz, ağrınızın nedenine bağlı olarak yapılacaktır. Size yapılabilecek uygulamalar aşağıda açıklanmaktadır:

- **ağrı gidericiler** – *ağız yoluyla* ya da *damardan* alırsınız; ağrı gidericiler ile ağrınız tümüyle geçmeyebilir ancak, hafiflemesi gerekir
- **sıvılar** – sıvı kaybını önlemek ve mide ile bağırsakları dinlendirmek amacıyla, size damardan sıvı verilebilir
- **ilaçlar** – kusmanızı durdurmak için ilaçlar verilebilir
- **yeme ve içmenin kesilmesi** – doktor ya da hemşire tarafından izin verilene ya da evinize taburcu olana kadar hiçbir şey yiyip içmemeniz gerekir.

Evde bakım

Karın ağrılarının çoğu özel bir tedavi görmeden geçer. Doktorunuz ya da sağlık bakım uzmanınızın önerilerini izleyin ancak, ağrının hafiflemesine yardımcı olmak için uygulayabileceğiniz bazı yöntemler bulunmaktadır.

- Karnınızın üstüne sıcak bir termofor ya da buğday torbası koyun. Bunu doğrudan derinizin üstüne yerleştirmeyin (bir yastık ya da mutfak beziyle sarın).
- Banyoda sıcak su dolu bir küvetin içine girin. Haşlanmamak için dikkatli olun.
- Bol miktarda su ve sulandırılmış meyve suları gibi tortusuz sıvılar için. Ağrınızı daha da artıracakları için, kahve, çay ve alkol içimini azaltın ya da tamamen kesin.
- İzin verildiğinde, tekrar yemeğe tortusuz sıvılarla (çorba gibi) başlayın. Daha sonra, kraker, pirinç pilavı, muz ya da kızarmış ekmeğe gibi hafif yiyeceklerle devam edin. Doktorunuz, bazı yiyeceklerden kaçınmanızı önerebilir.
- Bolca dinlenin.
- Hazımsızlık ya da mide ekşimesi nedeniyle oluşan bazı tür ağrıların azaltılmasında yardımcı olabilecek, reçetesiz alınabilen *Mylanta*, *Gastrogel* and *Quik-Eze* gibi asit giderici ilaçları deneyin. Ağrınızın azalmaması durumunda yerel doktorunuza görün.
- Parasetamol gibi, hafif ağrı giderici ilaçlardan alın. Doğru dozda kullanmak için ilacın paketini okuyun. Aksi öngörülmüş olmadıkça, aspirin ya da anti-enflamasyon türünde ilaçları kullanmaktan sakının. Bu ilaçlar, bazı tür karın ağrılarının artmasına neden olabilirler.
- Bazı durumlarda, ibuprofen gibi (örneğin; Nurofen) antiinflatuar ilaçlar ağrıya karşı yardımcı olabilir. Antispazm (kasılmayı gevşetici) ve antidiyaretik (ishali durdurucu) ilaçlar da ayrıca yardımcı olabilir. Sizin için en iyi olanı konusunda doktorunuzla ya da sağlık bakım uzmanınızla görüşün.
- Karın ağrısını daha da kötüleştireceği için, sigara içmeyin.

Neler olabilir

Ağrıların çoğu önemli bir tedavi görmeden geçer ve çoğunlukla kişiler yalnızca belirtilerin sona ermesini isterler. Bazen karın ağrısı durabilir ve nedeni hiçbir zaman anlaşılabilir. Ya da nedeni zamanla daha belirginleşir.

Yardım isteme



Acil tıbbi hizmete gerek duyulması durumunda, en yakın hastanenin acil servisine gidin ya da bir ambulans çağırın (000 numarayı arayın).



Ağrının 24 saatten uzun sürmesi ya da başka kaygılarınızın bulunması durumunda, yerel doktorunuza ya da sağlık bakım uzmanınıza görün.



Bir Kayıtlı Hemşire'ye danışmak için, **günün 24 saati süresince 1300 60 60 24** numaralı telefonda, Victoria Eyaleti içinde bulunan herhangi bir yerden, yerel telefonla arama ücreti karşılığında **NURSE-ON-CALL** hattını arayın.*

NURSE-ON-CALL, İngilizce konuşma yeteneğine güvenemeyen kişilere **sözlü çeviri hizmetine** erişim olanağı sağlar. **1300 60 60 24** numaralı telefonu arayın.

*Cep telefonlarından yapılacak aramalara daha yüksek ücret uygulanabilir



Daha fazla bilgi mi almak istiyorsunuz?

- Yerel doktorunuza ya da sağlık bakım uzmanınıza sorun.
- **Better Health Channel** websitesini ziyaret edin www.betterhealth.vic.gov.au

Notlar:

Bu yayımı erişilebilir formatta almak **istemeniz durumunda**, lütfen 9096 0578 numaralı telefonu arayın ya da edfactsheets@health.vic.gov.au adresine e-posta yollayın.

Aralık 2010. Bu ayrıca, www.health.vic.gov.au/edfactsheets websitesinden çevrimiçi de sağlanabilir.

Yadsıma: Burada açıklanan sağlık bilgileri yalnızca genel eğitim amaçlıdır. Söz konusu bilgilerin sizin için uygun bulunup bulunmadığından emin olmak için, lütfen doktorunuza ya da diğer sağlık uzmanınıza danışın.

