

# “阑尾君”闹脾气？教你三招制服它

◎四川省乐山市峨边彝族自治县人民医院 刘素琴

在人体这个精妙复杂的“微观宇宙”中，阑尾宛如一位深藏不露的“小角色”，平日里低调行事，鲜少引人注目。然而，一旦它“闹起脾气”，那可真是让人苦不堪言，腹痛、发热、恶心等症状如汹涌潮水般袭来，将患者的生活搅得一团糟。这看似不起眼的阑尾，究竟为何会“发难”？我们又该如何巧妙应对？

## 阑尾：身体里的“神秘小管”

阑尾，这一位于人体右下腹、形似蚯蚓的细长盲管，长度约5~10厘米。长久以来，它都被视作人类进化过程中的“遗留物”，似乎并无实际用处。但现代医学研究却逐渐揭示，阑尾并非毫无价值的“摆设”。它富含淋巴组织，在免疫系统中扮演着一定的角色，犹如人体免疫防线中的“小哨兵”，时刻警惕着病原体的入侵。

不过，阑尾的解剖结构也使其成为炎症的“高发地带”。其管腔细长且狭小，开口又较为隐蔽，一旦遭遇梗阻，如粪石、寄生虫、淋巴滤泡增生等堵塞管腔，阑尾内的分泌物便无法顺利排出，导致腔内压力急剧升高。与此同时，阑尾动脉作为终末动脉，血供相对单一，一旦发生血管痉挛或血栓形成，阑尾便会陷入缺血缺氧的困境。在双重打击之下，阑尾黏膜迅速受损，细菌趁机大量繁殖，一场“炎症风暴”就此拉开帷幕。

## 阑尾炎：症状多样，不容小觑

阑尾炎的典型症状当属转移性右下腹痛，这一特征犹如炎症发作的“信号弹”。起初，疼痛多始于上腹部或脐周，呈阵发性隐痛，仿佛有一只无形的手在轻轻拉扯。数小时后，疼痛逐渐转移并固定于右下腹，疼痛性质也由隐痛转变为持

续性剧痛，犹如利刃直刺，令人难以忍受。

除了腹痛，发热亦是阑尾炎的常见症状之一。随着炎症的不断加剧，体温随之升高，患者常伴有畏寒、乏力等不适。恶心、呕吐等消化道症状也屡见不鲜，这是由于炎症刺激腹腔神经丛，引发胃肠功能紊乱所致。若病情进一步恶化，出现腹膜刺激征，如压痛、反跳痛、肌紧张等，则提示炎症已扩散至腹膜，此时病情危急，需立即就医。

## 制服“阑尾君”三招秘籍

招式一：及时就医，精准诊断。当疑似阑尾炎症状出现时，切不可抱有侥幸心理，拖延就医。及时前往医院，接受专业医生的全面检查，是制服“阑尾君”的关键一步。医生通常会通过详细的体格检查，如麦氏点压痛、反跳痛等，初步判断病情。同时，借助腹部超声、CT等影像学检查手段，可清晰显示阑尾的形态、大小及周围组织情况，为准确诊断提供有力依据。血常规检查则能反映体内炎症反应程度，白细胞计数及中性粒细胞比例的升高，往往提示存在感染。

招式二：合理治疗，因病施策。阑尾炎的治疗方法主要分为保守治疗与手术治疗两种，具体选择需依据患者病情严重程度、身体状况等因素综合考量。对于早期单纯

性阑尾炎，若患者全身症状较轻，可尝试保守治疗。通过静脉输注抗生素，控制感染，同时配合禁食、补液等支持治疗，促进炎症消退。然而，保守治疗并非一劳永逸，部分患者病情可能反复发作，甚至发展为化脓性、坏疽性阑尾炎，增加治疗难度。

对于大多数阑尾炎患者而言，手术治疗无疑是更为彻底、有效的治疗方法。腹腔镜阑尾切除术作为微创手术的代表，具有创伤小、恢复快、并发症少等诸多优势。手术过程中，医生仅需在腹部开几个小孔，通过腹腔镜器械精准切除病变阑尾，大大减轻了患者的痛苦。术后，患者恢复迅速，一般数天即可出院，回归正常生活。

招式三：术后护理，科学康复。手术的成功只是制服“阑尾君”的第一步，术后科学合理的护理对于患者的康复至关重要。术后早期，患者需卧床休息，避免剧烈运动，防止伤口裂开。在饮食方面，应遵循循序渐进的原则，从流质饮食逐渐过渡到半流质、普食。初期可适量饮用温水、米汤等，待胃肠功能逐渐恢复后，再逐步添加软面条、稀饭等易消化食物。同时，保持伤口清洁干燥，定期换药，预防感染。若出现发热、伤口红肿、疼痛加剧等异常情况，应及时告知医生，以便及时处理。☺