

آشنایی با معاینات فیزیکی دستگاه‌های مختلف بدن



طلعت رهبرداز

کارشناس آموزش بهورزی
دانشگاه علوم پزشکی خراسان جنوبی



فاطمه قاسمی پور

کارشناس آموزش بهورزی
و رابط فصلنامه بهورز
دانشگاه علوم پزشکی خراسان جنوبی



فاطمه گندمی

مربی مرکز آموزش بهورزی
دانشگاه علوم پزشکی خراسان جنوبی



اهداف آموزشی

امید است بهورزان محترم پس از مطالعه مقاله:

- اهمیت گرفتن شرح حال و معاینه فیزیکی را توضیح دهند.
- موارد نیاز به انجام معاینات فیزیکی را نام ببرند.
- مراحل اصلی معاینه فیزیکی را شرح دهند.
- نکاتی را که باید در معاینه فیزیکی رعایت شود، بیان کنند.

مقدمه

به اطلاعات جدیدی برسیم و تشخیص‌های دیگری را مدنظر قرار دهیم.

معاینه، از چهار مرحله اصلی تشکیل شده است:

۱. مشاهده

۲. لمس

۳. دق، کوبش یا ضربه زدن

۴. سمع یا شنود

بعضی از دستگاه‌های بدن، مراحل اضافه‌تری نیز دارند و در برخی معاینات، همه این مراحل وجود ندارد. مثلاً هنگام معاینه پوست، دق کردن و سمع کردن نداریم.

الف) مشاهده: به دو دسته کلی می‌توان تقسیم کرد. مشاهده کل بدن و مشاهده در معاینه هر کدام از دستگاه‌های بدن. مشاهده از نخستین لحظه‌ای که فرد را می‌بینیم، آغاز شود، لذا از وجود نور مناسب اطمینان حاصل کنید و قسمت‌های مختلف بدن را با رعایت اخلاق حرفه‌ای و اعتقادی در معرض دید قرار دهید و از وضعیت مناسب برای معاینه بیمار استفاده کنید:

* تمامی قسمت‌های موردنظر را از نظر اندازه، شکل، رنگ، تقارن، وضعیت و موارد غیر طبیعی مشاهده کنید مانند:

بیماری‌های پوست و بیماری‌های مفاصل و استخوان. در صورت امکان نقاط دارای مشکل را با نقطه مقابل مقایسه کنید، مثلاً مقایسه دوزانو با هم.

* از نور اضافی مثل چراغ قوه برای مشاهده برخی از نقاط بدن استفاده کنید.

معاینه جسمی باید براساس نیاز گیرنده خدمت انجام گیرد حتی اگر گیرنده خدمت بیماری حاد دارد، به‌طور نباید فقط همان قسمت بدن را بررسی کند.

بهورز معاینات فیزیکی را برای موارد ذیل انجام می‌دهد:
* جمع‌آوری اطلاعات اساسی در مورد وضعیت سلامت گیرنده خدمت

* تأیید، تکمیل یا رد اطلاعات به دست آمده از شرح حال

* تأیید تشخیص اولیه
* درمان طبق دارونامه و درموارد نیازمند ارجاع، ارجاع به سطح بالاتر

گرفتن شرح حال:

گرفتن شرح حال در انجام مراقبت، اولین گام بررسی وضعیت سلامت بیمار می‌باشد. اخذ شرح حال و معاینه بالینی اساس کار به‌طور در زمینه ارزیابی بیمار، توصیه‌های مراقبتی و انتخاب روش درمان است.

ابتدا ارایه دهنده خدمت اطلاعات کامل در مورد وضعیت سلامت گیرنده خدمت را از طریق شرح حال به دست می‌آورد. ممکن است گیرنده خدمت از مشکلات جسمی خود بی‌اطلاع باشد، بنابراین گرفتن شرح حال کامل ضروری است. این اطلاعات شامل عادت‌های غذایی، خواب، فعالیت فیزیکی، حالت‌های روحی روانی، شروع علائم و کیفیت آن است. برای رسیدن به تشخیص قطعی به یک بررسی کامل و جامع نیاز مندیم.

معاینه فیزیکی بدن

در بررسی و معاینات جسمی، باید به آداب، رسوم و اعتقادات گیرنده خدمت احترام گذاشت. معاینه فیزیکی یا معاینه بالینی، فرایندی است که در آن به دنبال نشانه‌هایی که بیماری‌ها در بدن ایجاد می‌کنند، می‌گردیم.

پس از گرفتن شرح حال، شاید نقاطی در ذهن مان روشن شده باشد و شک‌هایی داشته باشیم. با معاینه کردن، می‌توانیم آن‌ها را تأیید کنیم یا کنار بگذاریم. می‌توانیم



مواردی مثل ضخامت، وضعیت، توده‌ها و درجه حرارت بدن استفاده می‌کند. گیرنده خدمت باید در وضعیت راحت باشد، سفت شدن عضلات در هنگام معاینه مانع بررسی موثر می‌شود. از وی بخواهید آهسته و عمیق نفس بکشد تا عضلات شل شوند. بازوان را در طرفین بدن قرار دهد تا از سفتی عضلات هنگام معاینه جلوگیری شود. نقاط حساس و دردناک در آخر لمس شود. از او بخواهید نقاط حساس را نشان دهد و شما باید به علایم غیر کلامی ناشی از ناراحتی توجه کنید. برای گیرنده خدمت لمس با دستان گرم، ناخن‌های کوتاه و به روش آرام مطلوب است. باید آهسته و آرام لمس کنید. لمس سطحی برای نقاطی مثل شکم جهت تعیین مناطق دردناک استفاده می‌شود. دست بر روی ناحیه‌ای که باید لمس شود، قرار گرفته و طوری فشار وارد کنید که دست حدود یک سانتی متر فرورود. در لمس سطحی بهترین حس زمانی است که فشار متوسط وارد شود. فشار به مدت طولانی و محکم باعث کاهش حساسیت دست‌ها می‌شود. بعد از لمس سطحی، لمس عمقی انجام می‌شود. لمس عمیق برای تشخیص اعضای داخلی شکم مورد استفاده قرار می‌گیرد. در منطقه معاینه طوری فشار وارد کنید که دست حدود دو تا چهار سانتی‌متر فرو رود. لمس عمیق ممکن است با یک یا هر دو دست انجام شود. زمانی که از لمس دو دستی استفاده می‌کنید، دست حس‌کننده یا لمس‌کننده آرام و سبک بر روی پوست بدن بیمار قرار می‌گیرد. بررسی درجه حرارت پوست بهتر است توسط پشت دست‌ها با انگشتان انجام شود، زیرا پوست دست در این نواحی نازک است. کف دست‌ها به ارتعاشات حساس‌تر هستند. توسط نوک انگشتان قسمتی از بدن



- * در مشاهده عجله نکنید. به طور کامل به جزئیات توجه کنید. مثلاً:
- آرام است یا بی‌قرار؟
- درد می‌کشد؟ چهره‌اش حاکی از این موضوع است؟
- تنفس چگونه است؟ بسختی نفس می‌کشد؟
- رنگ پوستش چگونه است؟ کبود، زرد، نارنجی، عادی؟
- لاغر است یا چاق؟

موارد زیادی است که آن‌ها را می‌توان در گروه مشاهده گنجانده. حتی بوها را نیز شاید بتوان در این دسته گذاشت. بوی سیگار، بوی الکل، بوی بد دهان ناشی از تجمع سموم در کبد، بوی برخی از عفونت‌ها و بعد از مشاهده قسمت‌های مختلف بدن نیاز به معاینه بیشتر است. غالباً روش لمس همراه یا بعد از مشاهده استفاده می‌شود.

(ب) لمس: فرایندی است که از حس لامسه خود برای تشخیص علامت‌ها کمک می‌گیریم:

بررسی بیشتر قسمت‌های بدن از طریق لمس انجام می‌گیرد که توسط دست‌ها انجام می‌شود. قسمت‌های مختلف بدن جهت بررسی حساسیت و علایم جسمی خاص لمس می‌شوند. لمس برای تمام قسمت‌های بدن قابل استفاده است. برای مثال، پوست از نظر درجه حرارت، رطوبت، ضخامت، قابلیت ارتجاع، حساسیت، نرمی و زبری لمس می‌شود. اعضای داخلی بدن مثل کبد از نظر اندازه، شکل، حساسیت و نداشتن توده لمس می‌شوند. از قسمت‌های مختلف دست برای تشخیص



هرچه قدر بیشتر معاینه کنیم، از صرف کردن ظرفیت ذهن مان به سمت دقت به آنچه می‌یابیم و تحلیل آن حرکت خواهیم کرد.

را انجام داد و صحت یافته‌ها را تایید یارد کرد.
* مثلاً در لمس شکم، توده‌ای به دستمان خورده است.

جنس آن چیست؟

* یک کیست پر از مایع است؟ یک توده جامد است؟ یا
حجمی از گاز است؟

دق، در پاسخ به این سوالات به ما کمک می‌کند. ماهر شدن در آن، همانند باقی قسمت‌ها، تمرین فراوان می‌خواهد. دق معمولاً برای ساختارهای داخل قفسه سینه و شکم به کار می‌رود. شاید بد نباشد که چند ضربه آرام به روی قفسه سینه و شکم خود بزنید و به تفاوت صداها توجه کنید.

(د) سمع یا شنود: در فرایند سمع یا شنود به شنیدن و تحلیل صداهایی که در بدن وجود دارند می‌پردازیم.

سمع عبارت است از گوش دادن به صداها تولید شده از ارگان‌های بدن برای تشخیص موارد طبیعی از غیرطبیعی. بعضی از صداها را می‌توان بدون گوشی و وسایل کمک‌کننده شنوایی شنید، هر چند بیشتر صداها توسط گوشی شنیده می‌شوند. در ابتدا باید صداها طبیعی تولید شده از قلب عروق، ریه و معده را بشناسید و سپس صداها غیر طبیعی را از طبیعی خواهید شناخت. برای سمع صحیح، باید خوب گوش کنید و یک گوشی خوب داشته باشید و بدانید چگونه از آن استفاده کنید.



1. Macule 2. Papule

را به طور سطحی گرفته و وضعیت پوست، قابلیت ارتجاع و ضخامت بافت را بررسی کنید. نباید بدون در نظر گرفتن وضعیت بیمار لمس را انجام دهید. برای مثال، اگر بیمار شکستگی دنده دارد، لازم است مراقبت‌های اضافی و کمک‌های اولیه برای حمایت از نقاط دردناک بکار روند. شریان‌های حیاتی نباید با فشار لمس شود، زیرا ممکن است باعث انسداد جریان خون شود. برای انجام لمس باید نقاط بدن را در نظر داشته و دلیلی برای لمس کردن داشته باشید. همچنین قادر به تشخیص و تمایز باشد و بتواند آنچه را که حس می‌کند، تفسیر کند.
مثلاً:

ضایعه‌ای کوچک روی پوست می‌بینیم: ضایعه هم‌سطح پوست^۱ است یا برجسته^۲؟

می‌گوید درد شکم دارد. آیا در لمس نیز، شکمش حساس است؟

می‌گوید توده‌ای در زیر بغلش به دستش خورده است؟ توده چگونه است؟ چسبیده است یا متحرک؟

کبد و طحالش به دست می‌خورد؟

نبض‌هایش نرمال است؟ قوی است یا ضعیف؟

وضعیت جنین در رحم مادر چگونه است؟ سرش در کدام سمت قرار دارد؟

(ج) دق کردن: دق یا ضرب، فرآیندی است که با ضربه زدن با نوک انگشتان به یک سطح، در مورد ساختارهای زیر آن، اطلاعات کسب می‌کنیم. لمس و دق، در ارزیابی ساختارهایی که نمی‌بینیم به ما کمک می‌کنند.

نوع صدای ایجاد شده بعد از انجام دق نشانه حدود، اندازه و ضخامت ساختمان‌های زیرین است. ارتعاشات ناشی از دق از میان بافت‌ها عبور کرده و خصوصیات صدای برگشتی بستگی به وضعیت بافت زیرین دارد. به‌رورز با شناخت صداها ناشی از بافت‌های مختلف می‌تواند حدود عضو، وجود توده یا وضعیت ارگان‌ها و اندازه آن‌ها را مشخص کند. صدای غیر طبیعی ممکن است ناشی از وجود توده یا مایع و هوا در حفرات یا ارگان‌های بدن باشد. تکرار دق در نواحی مقابل و نواحی دیگر باید با همان قدرت و شدت باشد تا بتوان عمل مقایسه نواحی

صحيح معاينه‌ها، به سمتِ دقت به آن چه می‌بایم و تحلیل آن، حرکت خواهیم کرد.

در ابتدا ممکن است این موضوع که گوش‌پزشکی را جای درستی برای شنیدن صدای قلبی گذاشته‌ام، توجه زیادی از ما بخواهد؛ اما هر چه بگذرد، کم‌کم این موضوع دیگر دغدغه و اشغال‌کننده ظرفیت ذهن ما نخواهد بود. در عوض، ظرفیت آزاد شده را برای تحلیل آن چه که می‌شنویم، به کار خواهیم گرفت. معاینه‌ای که شاید روزهای نخست چند ساعت طول بکشد، به مرور ظرف چند دقیقه انجام خواهد شد.

هنگامی که یک بیمار به سراغ ما می‌آید، می‌خواهیم توسط فهرست شکایات و نتیجه‌ای که از شرح حال و معاینه و آزمایش‌ها به دست آمده، به یک تشخیص برسیم و او را درمان کنیم. شرح حال و معاینه و آزمایش‌ها از هم جدا نیستند. آن‌ها در توجیه کردن یکدیگر و یکپارچه‌سازی اطلاعات به ما کمک خواهند کرد. هر کدام، قطعه‌ای از پازل تشخیص بیماری فرد را تکمیل می‌کنند. یکی از مشکلات در این روزها، این است که قطعه‌های پازل را که مربوط به معاینه است، گم کرده‌ایم. حوصله پیدا کردن‌شان را نیز نداریم. می‌خواهیم نبود آن‌ها را، با بیشتر کردن تعداد قطعات تست‌ها و آزمایش‌ها و عکس‌برداری‌ها، جبران کنیم. یادمان نرود که این پازل، به هر سه نوع قطعه احتیاج دارد و قرار نیست بیشتر شدن یکی از آن‌ها، همواره کمبود بقیه قطعات را جبران کند. عدم توجه به این نکته، ممکن است خسارات جبران‌ناپذیری را به دنبال داشته باشد.



برای مثال، صداهای شنیده شده از روی شکم مربوط به حرکات دودی روده کوچک می‌باشند. حرکات دودی در هر چهار ربع شکم قابل‌سمع بوده و صداهای منقطع و طنین‌انداز هستند. بعد از شناخت علت و مشخصات صداهای، تفسیر و جدا کردن صداهای طبیعی و غیر طبیعی و منشا تولید آن‌ها آسان خواهد شد.

۵) بوییدن: بویایی به تشخیص موارد غیر طبیعی کمک می‌کند، به طوری که از طرق دیگر این موارد قابل تشخیص نیستند. این یافته‌های ناشی از بویایی و دیگر بررسی‌ها به معاینه‌کننده امکان تشخیص موارد غیر طبیعی خطرناک را می‌دهد.

نتیجه‌گیری و بحث

هر چقدر بیشتر معاینه کنیم و بیشتر به این کار بپردازیم، از صرف کردن ظرفیت ذهن مان برای دقت در انجام

منابع:

- * باربارا بیتز. معاینات بالینی و روش گرفتن شرح حال، ۲۰۱۷. ترجمه دکتر محمد مهدی غیرتیان. دکتر محمد جواد قنبری. دکتر علی اسدالهی امین. دکتر شبنم محمدی. دکتر سرور صائبی
- * باربارا بیتز. لین بیکلی. روبرت هوکلمن. راهنمای جیبی معاینه فیزیکی و گرفتن شرح حال بالینی. ۲۰۰۷. ترجمه دکتر محسن ارجمند. دکتر آرزو مفخمی
- * کتاب تشخیص بالینی سوارتز. شرح حال و معاینه فیزیکی ۲۰۰۶ ترجمه دکتر بهداد نوایی، دکتر مبین گنجی و اشرف صالح فرد.

به این موضوع امتیاز دهید (۱۰۰ تا ۱). کد موضوع ۱۰۶۲۱۰ پیامک ۳۰۰۰۷۲۷۳۱۰۰۰۱ نحوه امتیاز دهی: امتیاز-شماره مقاله. مثال: اگر امتیاز شما ۸۰ باشد (۸۰-۱۰۶۲۱۰)