

ویزاست ششم ۲۰۰۹

راهنمای جیبی معاینه فیزیکی و گرفتن شرح حال

باربارا بیتز

لین اس. بیکلی
پیتز جی. سیلاجی

ترجمه
دکتر رامین رفیعی

زیر نظر
دکتر منوچهر قازونی

استاد بیماری‌های قلب و عروق دانشگاه علوم پزشکی تهران



نسل فردا

۱۳۸۹

سرشناسه	بیکی، لین Bickley, Lynn S.
عنوان و نام پدیدآور	راهنمای جیبی معاینه فیزیکی و گرفتن شرح حال / [لین بیکی، پیتر سیلاجی]؛ ترجمه رامین رفیعی.
مشخصات نشر	تهران: نسل فردا؛ ارجمند: کتاب ارجمند، ۱۳۸۹.
مشخصات ظاهری	۲۷۲ ص.
شابک	978-964-2536-39-9
وضعیت فهرست‌نویسی	فیا
یادداشت	عنوان اصلی: Bate's pocket guide to physical examination and history taking, 6th. ed, 2009.
عنوان دیگر	معاینات بالینی.
موضوع	تشخیص فیزیکی - دستنامه‌ها
موضوع	بیماران - شرح حال - دستنامه
شناسه افزوده	سیلاجی، پیتر، نویسنده همکار
شناسه افزوده	Szilagyi, Peter G.
شناسه افزوده	بیس، باربارا، ۱۹۲۸ - م. معاینات بالینی
رده‌بندی کنگره	۱۳۸۹ - ۹۶۴ م. RC۷۶ /
رده‌بندی دیویی	۶۱۶/۰۷۵۴:
شماره کتابشناسی ملی	۱۹۲۸۷۶۹:



نسل فردا

راهنمای جیبی معاینه فیزیکی و گرفتن شرح حال باربارا بیس

ترجمه: دکتر رامین رفیعی

ناشر: انتشارات نسل فردا

چاپ اول: ۱۶۵۰ نسخه، ۱۳۸۹

صفحه آرای: فاطمه نویدی

چاپ: آفرنگ، بها: ۵۹۵۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۵۳۶-۳۹-۹

www.arjmandpub.com / arjmandpress@gmail.com

تمامی حقوق برای ناشر محفوظ است. این کتاب مشمول قانون حمایت از مؤلفان و مصنفان می‌باشد.

مرکز پخش: انتشارات ارجمند

- دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، نبش ۱۶ آذر، پلاک ۲۹۲ تلفن ۸۸۹۷۷۰۰۲
- شعبه اصفهان: خیابان چهارباغ بالا، پاساژ هزار جریب تلفن ۶۲۸۱۵۷۴-۳۱۱
- شعبه مشهد: خیابان احمدآباد، پاساژ امیر، کتاب دانشجو تلفن ۸۴۴۱۰۱۶-۵۱۱
- شعبه بابل: خیابان گنج‌افروز، پاساژ گنج‌افروز تلفن ۲۲۱۷۷۶۴-۱۱۱
- شعبه رشت: خیابان نامجو، روبروی ورزشگاه عضدی تلفن ۳۲۳۲۸۷۶-۱۳۱

به نام خدا

و در آغاز فقط او بود....
او که عاشق بود
و عشق را که از او بود
در ما به ودیعه نهاد
حال چگونه میتوان عاشق نبود
بر او....

پربوش ابراهیمی

روزی یکی از شاگردانم که در امتحان رزیدیتی موفق نشده بود نزد من آمد و دلیل عدم موفقیت خود را از من سنوال کرد.

در پاسخ او گفتم: بسیاری از عزیزانی که برای فراگیری دروس پزشکی در مقاطع مختلف تلاش می‌کنند از نحوه درست مطالعه دروس را آگاهی ندارند، بطوریکه موفقیت در امتحانات برای آنان شاق و مشکل است. زیرا در ضمیر ناخودآگاه، خود را باور ندارند و موفقیت در امتحان را یک آرزو می‌پندارند.

باید دانست که خوب خوانی بسیار بهتر از زیادخوانی است. و در خوب خوانی هوش و ذکاوت جایگاه خاصی دارد. اگر بخواهیم از الف اول کتاب تا نون آخر کتاب را بطور کامل بخوانیم بدون اینکه در مورد هر سطر آن فکر کنیم موفقیت زیادی به دست نمی‌آوریم، شاید این مسئله به دوران تحصیل در دبستان و یا دبیرستان بر می‌گردد که برخی از معلمین ناآگاه از اینکه محصل مطالب را بطور کامل حفظ کرده باشد و به قول آنها حتی «واو» هم جانباخته باشد را تشویق و تائید می‌کردند. در صورتیکه باید به جای حفظ کردن مطالب، تفهیم صحیح مطالب و درک آن را از دانش‌آموزان می‌خواستند گاهی اوقات نیز اصرار والدین برای جهشی درس خواندن دانش‌آموزان و یا آوردن نمرات بیست در دروس باعث ایجاد استرس در موقع امتحان می‌شود و مانع از قدرت ابتکار خواهد شد. و در نتیجه در مقاطع دانشگاهی موفقیت زیادی را برای آنان ایجاد نمی‌کند در همین ارتباط افرادی که در دبستان شاگرد اول هستند ممکن است دبیرستان و دانشگاه را در سطح خوب، همیشه گذرانده‌اند؛ در دوران تخصص و در امتحانات موفق تر بوده و کاملاً شکوفا می‌شوند. اگر به بزرگان علم توجه کنیم مثلاً ادیسون و یا انیشتین که در دوران دبستان و دبیرستان به عنوان شاگردان ممتاز شناخته نمی‌شدند و حتی گاهی بعنوان دانش‌آموز ضعیف از آنها یاد می‌شده اما وقتی در محیط مناسب قرار گرفتند به شکوفایی علمی رسیدند. اضطراب از جمله موانع باز دارنده در امتحانات است که حتماً باید با اعتماد به نفس بر آن غلبه کرد. معمولاً پس از خروج از جلسه امتحان و یا روز بعد از امتحان،

دانشجویان با سوادتر از روز امتحان هستند زیرا اضطراب و ترس روز و جلسه امتحان را دیگر ندارند. ترسیدن از امتحان یک اشتباه بزرگ است. اگر دانشجویی با مطالعه متوسط اما با آرامش و اعتماد به نفس سر جلسه امتحان حاضر شود بیشتر از فردیکه درس بیشتری خوانده اما دچار اضطراب شده است موفق می‌شود. نکته مهم دیگر این است که تمام طول شب را به طور کامل و حتی گاهی اوقات تا صبح به درس خواندن بگذرانند به این عقیده که سکوت شب میتواند به درک مطلب کمک نماید که اشتباه است. زیرا فیزیولوژی بدن و ترشح هورمونها بطوری است که صبح تا شب آمادگی بیشتری برای فراگیری درونی وجود دارد. و شب بیداری و گاهی استفاده از چای و یا قهوه و یا گاهی حتی مصرف دارو برای بیدار ماندن درصد یادگیری را کاهش می‌دهد زیرا فرد خسته بوده و آماده برای فراگیری کامل نیست.

توصیه‌های اینجانب این است که مطالب علمی را باید به ترتیب اهمیت آنها یادگیری نمود و در هر مطلب نکته اصلی آن را درک نمود. مثلاً در رشته قلب طبیعی است که MI نکته سنوال برانگیزی است و یا در بیماریهای زنان و زایمان، حاملگی‌های خارج از رحم و یا در مورد اطفال در هم‌رفتگی روده‌ها و در کلید سندرم نفروتیک و در رشته انکولوژی، بیماریهای لوسمی و لنفوم و در سایر رشته‌ها نکات مهم و پراهمیت وجود دارد که باید با دقت بیشتر به آنها توجه نمود و آنها را مطالعه کرد. در امتحانات بین‌المللی مثل USMLE تمام اسامی بیماریهای را باید فراگرفت مثلاً برای بیماری VSD (باز بودن سوراخ بین بطنی) نام دیگری بنام بیماری روزه هم در نظر گرفته شده و یا در بیماری ضخامت دیواره بین دو بطن در زیر دریچه آئورت به اسامی IHSS و یا هیپرتروفی غیر قرینه سپتوم و یا کاردیومیوپاتی obstructive خوانده می‌شود و یا کاردیومیوپاتی هیپرتروفیک نامیده می‌شود.

نکته مهم دیگر این است که در امتحانات هرگز نباید به تعداد جمعیت شرکت کننده به عنوان یک عامل منفی که باعث عدم موفقیت می‌شود نگاه کرد. باید با اعتماد به نفس و اعتقاد به قبولی و انرژی مثبت در امتحانات شرکت نمود و در پایان، اینکه پایه و اساس تمام بیماریها علم سمیولوژی است. زیرا تظاهرات هر بیماری در هر فرد خاص آن فرد است و دانستن دقیق علم نشانه‌شناسی بیماری است که به ما فیزیوپاتولوژی بیماریها را راهنمایی می‌نماید.

کتاب حاضر که بسیار دقیق و خوب ترجمه شده است میتواند برای شما راهنمایی خوبی باشد در رسیدن به اهداف علمی.

از مترجمین عزیز که زحمات زیادی را متحمل شده‌اند تشکر می‌نمایم و آرزوی توفیق آنها را از خداوند بزرگ مسئله دارم.

دکتر منوچهر قارونی

مقدمه

ویراست ششم کتاب «راهنمای جیبی معاینه فیزیکی و گرفتن شرح حال»، کتابی مختصر و قابل حمل است که:

- چگونگی مصاحبه و گرفتن شرح حال را شرح می‌دهد.
- مروری مصور از معاینه فیزیکی ارائه می‌دهد
- یافته‌های معمول و شایع را به دانشجویان یادآور می‌شود
- تکنیک‌های ویژه‌ای را که دانشجویان ممکن است در شرایط خاصی به آن نیاز داشته باشند، شرح می‌دهد
- برای تفسیر یافته‌های خاص، کمک موجز و مختصری ارائه می‌دهد

برای استفاده از این راهنمای جیبی شیوه‌های گوناگونی وجود دارد:

- مرور و یادآوری محتوای یک شرح حال.
 - مرور و بازگویی تکنیک‌های معاینه.
- این کار را می‌توان در دو مرحله انجام داد، یک بار هنگام یادگیری تک تک فصول، و بار دیگر هنگام یک پارچه کردن بررسی مجزای دستگاه‌ها یا نواحی بدن در قالب یک معاینه جامع.
- مرور گوناگونی‌های طبیعی شایع و اختلالات خاص. هنگامی که معاینه‌کننده بداند که چه چیز را باید ببیند، بشنود، و حس کند، مشاهده او دقیق‌تر و کارآمدتر خواهد بود.

- در صورت احساس نیاز، فراگیری تکنیک‌های خاص، نظیر تست آلن که در فصل مربوطه آورده شده و یا ترام مشخص شده است.
- فراگیری اطلاعات اضافی درباره یافته‌های احتمالی، شامل استانداردهای طبیعی و ناهنجاریها.

این «راهنمای جیبی» را نباید به عنوان مرجع اصلی برای یادگیری مهارت‌های گرفتن شرح حال و انجام معاینه فیزیکی مورد استفاده قرار داد. جزئیاتی که در این کتاب آورده شده برای این منظور کفایت نمی‌کند، بلکه به دانشجویان جهت یادآوری و مرور مطالب کمک می‌کند و یک مرجع مختصر، راحت، و قابل حمل می‌باشد.

فهرست

فصل اول

مروری بر نحوه گرفتن شرح حال و انجام معاینه فیزیکی ۹

فصل دوم

استدلال بالینی، ارزیابی، و ثبت یافته‌ها ۲۷

فصل سوم

مصاحبه و تاریخچه سلامتی ۵۰

فصل چهارم

شروع معاینه فیزیکی: ارزیابی کلی، علائم حیاتی و درد ۷۱

فصل پنجم

وضعیت روانی و رفتار ۹۱

فصل ششم

یوست، مو، و ناخن ۱۱۲

فصل هفتم

سر و گردن ۱۳۰

فصل هشتم

قفسه سینه و ریه‌ها ۱۶۱

فصل نهم

دستگاه قلبی - عروقی ۱۸۳

فصل دهم

پستان و زیربغل ۲۰۴

فصل یازدهم

۲۱۷..... شکم.

فصل دوازدهم

۲۴۰..... سیستم عروق محیطی.

فصل سیزدهم

۲۵۴..... اندام تناسلی مرد و فتق.

فصل چهاردهم

۲۶۹..... اندام تناسلی زن.

فصل پانزدهم

۲۸۷..... مقعد، رکتوم و پروستات.

فصل شانزدهم

۲۹۷..... سیستم عضلانی - اسکلتی.

فصل هفدهم

۳۳۸..... دستگاه عصبی: اعصاب جمجمه‌ای.

فصل هجدهم

۳۸۱..... بررسی کودکان: شیرخوارگی تا نوجوانی.

فصل نوزدهم

۴۲۶..... زن حامله.

فصل بیستم

۴۴۲..... سالمندان.