



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تبریز

پارسان آمل...

گاستریت



- کشیدن سیگار می تواند بر درمان گاستریت تأثیر سوء داشته باشد.

- در صورت وجود کم خونی پیگیری درمان لازم است.

قابل توجه مددجویان محترم :
واحد ارتقاء سلامت بیمارستان آماده پاسخگویی به سؤالات شما در خصوص پیشگیری ، درمان ، مراقبت از بیماری و نحوه پیگیری می باشد . در صورت نیاز ، می توانید با شماره تلفن بیمارستان (۳۳۳۲۰۱۲۵ داخلی ۲۴۱) و یا آدرس اینترنتی <https://sarallah.abzums.ac.ir> تماس حاصل نمایید.
با سپاس

**تهیه و تنظیم : واحد آموزش و ارتقاء سلامت بازنگری
اردیبهشت ۱۴۰۲**

**منابع : کتاب اصول طب داخلی هاریسون (بیماری های
دستگاه گوارش) کتاب پرستاری بلک هوکس / کتاب
پرستاری برونر و سودارث ویراست ۲۰۱۸ (گوارش)**

توصیه ها و اقدامات خود مراقبتی بیمار:

رژیم غذایی:

- از خوردن غذاهای محرک اجتناب نمایید.
- از خوردن سریع مواد غذایی پرهیز نمایید.
- از خوردن غذاهای پرحجم و نفاخ به خصوص پیش از خواب خودداری نمایید.
- از آشامیدن نوشیدنی های حاوی کافئین (قهوه ، نوشابه های کولادار و ...) خودداری نمایید.



- روزانه حداقل ۶ تا ۸ لیوان آب بنوشید.
- استراحت کافی داشته باشید.
- اگر گاستریت شما از نوع عفونی است، آنتی بیوتیک های تجویز شده را به طور کامل مصرف نمایید.
- در گاستریت هیچ دلیلی برای حذف کامل یک ماده غذایی وجود ندارد، مگر آنکه باعث درد یا ناراحتی معده شود. بنابراین لازم است رژیم شما بر حسب شرایط فردی تنظیم شود.

با آرزوی سلامتی برای شما مددجوی گرامی

گاستریت چیست؟

التهاب مخاط معده را گاستریت می نامند که یک مشکل شایع گوارشی است. ممکن است حاد یا مزمن بوده و یا دارای دوره های عودکننده باشد.



عوامل بروز دهنده بیماری :

- مصرف غذاهای آلوده یا محرک مانند غذاهای بسیار تند و پر ادویه
- عفونت معده، توسط باکتری به نام هلیکوباکترپیلوری
- مصرف داروهای ضد التهابی و غیر استروئیدی مانند آسپرین، ژلوفن و ناپروکسین
- مصرف زیاد الکل و دخانیات
- خوردن آشامیدنی های داغ

علائم و نشانه های بیماری :

نوع حاد:

درد شکم، سردرد، بیحالی، تهوع، بی اشتها، استفراغ، سکسکه

نوع مزمن :

سوزش سر دل بعد از خوردن غذا ، احساس طعم ترشی در دهان ، تهوع ، استفراغ ، آروغ زدن

روشهای تشخیص بیماری :

- شمارش کامل سلول های خونی (CBC)، برای بررسی سلامتی کلی شما
- آزمایش خون، تنفس یا بزاق، برای بررسی وجود باکتری هلیکو باکتر پیلوری
- آزمایش مدفوع، برای بررسی وجود خون در مدفوع
- آندوسکوپی و نمونه برداری از معده
- عکسبرداری قسمت فوقانی دستگاه گوارش

درمان :

- ورم معده اغلب با تغییر در سبک زندگی قابل درمان است. یک قانون کلی اجتناب از غذاهایی است که بسیار اسیدی، ادویه دار، کافئین دار یا بیش از حد فرآوری شده یا بسته بندی شده اند.
- در موارد عفونت توسط میکروب هلیکوباکتر پیلوری، ممکن است از آنتی بیوتیک برای از بین بردن عفونت استفاده شود.

- جهت انتخاب مناسب ترین راه درمان باید به پزشک مراجعه نمایید.
- داروهای تجویز شده را به موقع و به طور صحیح مصرف کنید.
- کشیدن سیگار و مصرف الکل باید قطع شود.
- از اضطراب و استرس بپرهیزید.

موارد خطر در صورت تأخیر در درمان :

- خطر بروز کم آبی به دلیل مصرف ناکافی مایع و از دست دادن مایع از طریق استفراغ وجود دارد.
- ممکن است عدم تعادل غذایی، کمتر از رفع نیاز بدن به دلیل دریافت ناکافی مواد غذایی به وجود آید.

