



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام حسن (ع)

راهنمای خود مراقبتی گاستریت (التهاب معده)



دفتر آموزش سلامت بیمارستان امام حسن (ع) بجنورد

تایید کننده: دکتر مسلم سلطانی
(فوق تخصص گوارش و کبد)

کد محتوا: ۷
گروه هدف: بیماران

پاییز ۱۳۹۸

در گاستریت مزمن درمان شامل:

- اصلاح شیوه زندگی
- ترک سیگار و الکل
- پرهیز از اضطراب و استرس
- مصرف داروهای تجویز شده بموقع و بطور صحیح.
- در صورت وجود کم خونی پیگیری درمان لازم است.
- از غذاهای محرک و سریع خوردن غذا پرهیز کنید.
- وعده های غذایی پرچم و نفاخ پیش از خواب پرهیز نمایید.
- از نوشیدنی های حاوی کافئین خودداری کنید.
- روزانه حداقل ۶ تا ۸ لیوان آب بنوشید.
- خواب و استراحت کافی داشته باشید.
- اگر گاستریت شما از نوع عفونی تشخیص داده شده که علت آن افزایش باکتری موجود در معده به نام هلیکوباکترپیلوری که با آندوسکوپي تشخیص داده می شود نیاز به درمان با آنتی بیوتیک دارید.

منابع:

کتاب بروئر و سودارث گوارش ۲۰۱۸

<http://darman.tums.ac.ir>

❖ شماره تلفن نوبت دهی درمانگاه تخصصی و فوق تخصصی
۰۵۸-۳۱۵۱۴۴۰۰

❖ پاسخگویی به سوالات بعد از ترخیص هر روز به جز ایام تعطیلات ساعت ۱۴ الی ۱۵:

خانم ریحانی ۰۹۱۵۶۴۱۶۸۹۳

❖ سامانه نوبت دهی اینترنتی درمانگاه تخصصی و فوق تخصصی:

www.Nobat-ihh.nkums.ac.ir

www.imamhasan.nkums.ac.ir:سایت آموزش به بیمار

درمان

- معمولاً بیمار در طول یک روز بهبود می یابد
- گرچه کم اشتهايي او ممکن است برای ۲ تا ۳ روز بیشتر ادامه داشته باشد. با آموزش در مورد قطع مصرف الکل یا غذاهای محرک ، گاستریت حاد درمان می شود.
- در صورتی که علت بروز گاستریت اسیدها یا بازهای قوی باشد. درمان شامل رقیق کردن و خنثی کردن ماده ایجاد کننده گاستریت می باشد بطور مثال به منظور خنثی کردن اسیدها از آنتی اسیدها متداول (هیدروکسید آلومینیوم) استفاده می شود جهت خنثی کردن باز از آب لیمو رقیق شده استفاده می شود اگر آسیب شدید باشد از لاواژ (شستشو معده) و دادن داروهای استفراغ آور خودداری می شود

سایر درمان ها که ممکن است با توجه به شرایط بیمار مورد نیاز باشد .

- وارد کردن سوند بینی معده .
- دادن مسکن ها و آرام بخش ها، ضد اسیدها و یا مایعات وریدی می باشد و انجام آندوسکوپي ضرورت یابد در موارد بسیار حاد جراحی اورژانس برای برداشتن قسمتهای گانگرن شده یا سوراخ شده ضرورت می یابد.

گاستریت (التهاب مخاط معده)

یک مشکل گوارشی شایع به شمار می آید که ممکن است حاد باشد که از چند ساعت تا چند روز به طول بیانجامد، یا مزمن باشد و از تماس مکرر با مواد محرک ایجاد شود و یا ممکن است دارای دوره های عود کننده باشد.

عوامل ایجاد کننده بیماری چیست؟

- مصرف غذاهای آلوده یا محرک (مانند غذاهای بسیار تند و پرادویه)
- مصرف بیش از حد قرص آسپرین
- مصرف زیاد الکل و دخانیات
- خوردن آشامیدنی های داغ

نوع بسیار شدیدتر گاستریت حاد در اثر خوردن اسید یا باز قوی ایجاد می شود بطوری که حتی ممکن است باعث گانگرن (سیاه شدن) مخاط معده یا سوراخ شدن آن شود.

علائم و نشانه های گاستریت چیست؟

در نوع گاستریت حاد به طور ناگهانی دچار نشانه زیر می شوند:



- درد شکم
- سردرد
- بی حالی
- تهوع
- بی اشتها
- استفراغ
- سسکسه

که می تواند از چند ساعت تا چند روز بطول بیانجامد

در برخی بیماران ممکن است بدون نشانه باشد.

بیمار مبتلا به گاستریت مزمن دارای علائم زیر

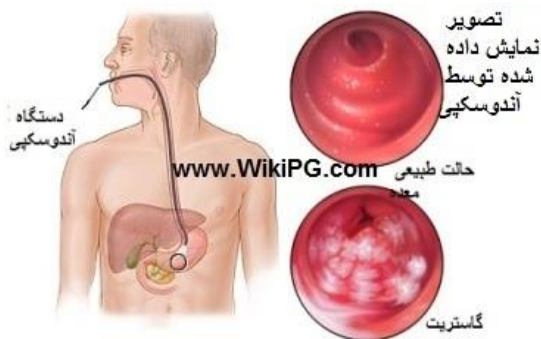
می باشد:

- بی اشتها
- سوزش سر دل بعد از غذا خوردن
- آروغ زدن
- احساس طمع ترش در دهان
- تهوع و استفراغ



خطراتی که گاستریت بدنبال دارد:

- کم آبی بدلیل مصرف ناکافی مایع و از دست دادن مایعات از طریق استفراغ
- عدم تعادل غذایی کم تر از رفع نیاز بدن
- سوء جذب ویتامین B12 در گاستریت مزمن باعث ایجاد کم خونی شده



راههای تشخیص گاستریت چیست؟

- شرح حال و نشانه های بیمار
- آندوسکوپی
- عکس برداری از قسمت فوقانی دستگاه گوارش