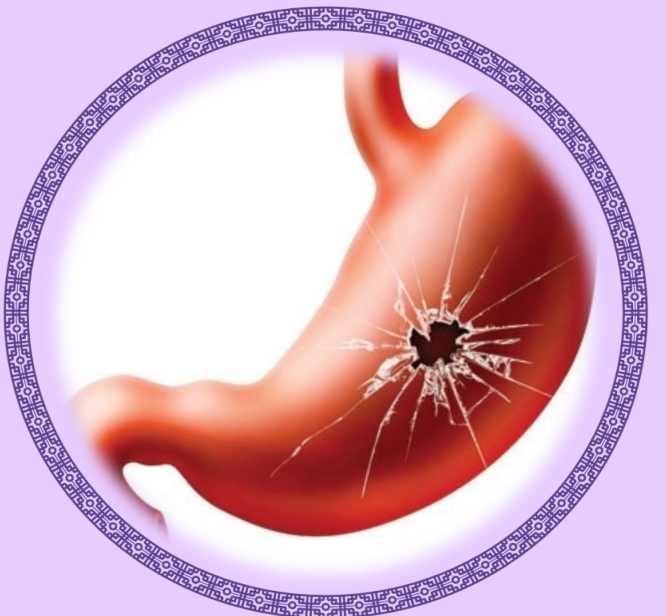




Bohlool Hospital

خونریزی گوارشی

ویژه بیماران و همراهیان



کارگروه آموزش به بیمار بخش داخلی

کد سند Bh-Mn/Pat Edu Pam/doc-04/05

بازنگری: ۱۴۰۲

دفعات بازنگری: ۵

www.bohlool.gmu.ac.ir

← از مصرف داروهای مثل آسپرین و داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی (ایبوپروفن ، ناپروکسن ، دیکلوفناک پیروکسیکام ، مگنمیک اسید) پرهیز کنید.

← از انجام فعالیتهای سنگین و قدرتی تا زمانی که کم خونی شما جبران نشده است خودداری کنید.

← استرس نشانه‌ها و علائم زخم معده را تشدید می‌کند.
← عوامل استرس‌زای زندگی خود را تعیین کنید و نهایت سعی خود را برای برطرف کردن آنها به کار بندید. به سختی می‌توان مانع بروز بعضی استرس‌ها شد، اما می‌توان نحوه مدیریت‌شان را با ورزش کردن، انجام تمرین‌های خاص، سپری کردن اوقات فراغت با دوستان یا نوشتن خاطرات آموخت.

در صورت مشاهده موارد زیر به پزشک مراجعه نمایید:

- دهان تشنه و خشک
- سستی و بیحالی و کاهش وزن
- یبوستی که با تغییر رژیم غذایی یا رژیم پر فیبر برطرف نشود.
- اسهالی که بیشتر از ۲۴ ساعت طول بکشد یا حاوی خون باشد.

منبع: <https://www.mayoclinic.org/>

شماره تماس: ۰۵۱۷۷۲۳۶۸۳۴

داخلی ۱۱۶۶—۱۱۸۸

آدرس وبسایت: www.bohlool.gmu.ac.ir



جهت دریافت محتوا کد را با گوشی تلفن همراه خود اسکن نمایید.

رژیم غذایی و آموزش به بیمار

← بیمارانی که از زخم معده شاکی می‌باشند، باید از مصرف غذاهای آماده یا همان فست فودها اجتناب کنند.

← مصرف میان وعده‌های ناسالم همچون چیپس و پفک و غذاهای تند، شور، و پر ادویه را به حداقل برسانید.

← از مصرف چای فراوان و پر رنگ بپرهیزید و غذاهای چرب نخورید.

← سعی کنید مقدار وعده‌های غذایی را افزایش اما حجم آنها را کاهش دهید.

← از خوردن سس گوجه‌فرنگی و ترشی اجتناب کنید.

← رژیم غذایی سالم و سرشار از میوه، سبزی و غلات برای درمان زخم معده مفید است.

← کمبود ویتامین، التیام زخم معده را دشوار می‌سازد.

← عدم مصرف سیگار، و ترک الکل از مواردی است که قابل توجه می‌باشد.

← از مصرف نوشابه‌های گازدار، شکلات و تنقلات و غذاهای چاشنی‌دار اجتناب کنید.

← در بیمارانی که علائم برگشت اسیده معده به داخل مری یا بازگشت غذا از معده به مری دارند، لازم است از دراز کشیدن بلافاصله پس از غذا خودداری کنید.

← در صورت مصرف مداوم مسکن، بهتر است با پزشک در مورد مناسب بودن استامینوفن مشورت شود.

← به یاد داشته باشید هر زمان برای سایر مشکلات به پزشک مراجعه کردید، سابقه خونریزی گوارشی خود را بیان کنید

← داروها را طبق دستور پزشک معالج مصرف کنید.

← قرص‌های جویدنی را کاملاً بجوید

← قبل از مصرف شربت‌های آنتی‌اسید، آنها را به خوبی تکان دهید.

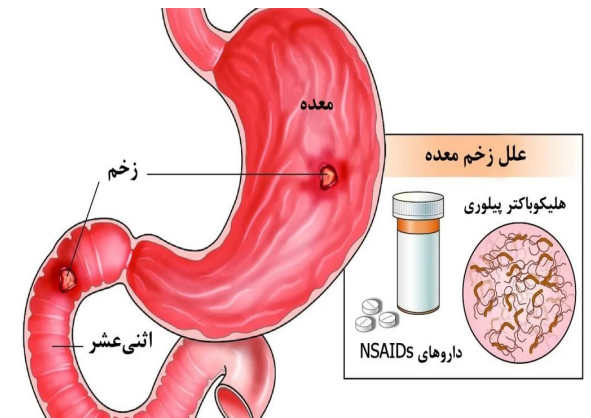
← از سرفه کردن، عطسه کردن، بلند کردن و فشار در حین دفع مدفوع و استفراغ پرهیز کنید.

خونریزی گوارشی چیست؟

خونریزی گوارشی در اثر صدمه و آسیب موضعی ایجاد می شود و موجب زخم مخاط دستگاه گوارش می گردد. که این زخم به شبکه عروقی پیشرفت کرده و همچنین ممکن حاد یا مزمن باشد. خونریزی های گوارشی به دو دسته با منشأ فوقانی و تحتانی تقسیم می شوند.

علل شایع خونریزی گوارشی:

- ← زخم های معده و دوازده
- ← واریسهای گوارشی
- ← آسیب های مخاط معده و اثنی عشر
- ← بیماریهای التهابی مری و بد خیمی ها
- ← سوء مصرف از آسپرین و داروهای ضد التهاب غیراستروئیدی (ایبوپروفن ، ناپروکسن، دیکلوفناک، پیروکسیکام، ایندومتاسین ، مفنامیک اسید ، سلوکسیب و نیکوتین)
- ← ناهنجاری های خونی
- ← تروما و ضربه
- ← عفونت هلیکوباکتر پیلوری



علائم خونریزی گوارشی

- ← استفراغ خون روشن با موادی با زمینه قهوه ای که نشانه خونریزی قسمت فوقانی دستگاه گوارش است.
- ← مدفوع قیری رنگ و بد بو ، این نوع مدفوع که ملنا نام دارد بر وجود خون حداقل به مدت ۱۴ ساعت در دستگاه گوارش دلالت دارد.
- ← خون قرمز و روشن در مدفوع که بیشتر مربوط به خونریزی قسمت تحتانی گوارش است.
- ← خونریزی مخفی دستگاه گوارش که در آزمایشات اختصاصی مربوط به مدفوع تشخیص داده می شود که با علائم کاهش وزن و کم خونی مزمن همراه است.
- ← درد و حساسیت و کرامپ شکمی
- ← علائم کم خونی مثل خستگی ، سیاهی چشم ، درد قفسه سینه یا تنگی نفس ، افت فشارخون و تعریق ، نبض تند ، سبکی سر
- ← در برخی موارد شوک به دلیل از دست دادن شدید خون (بیش از یک لیتر خون در ۲۴ ساعت)
- ← اگر خونریزی کند باشد و در طول زمان رخ دهد، شخص ممکن است بتدریج دچار احساس خستگی، خواب آلودگی و تنگی نفس شود.
- ← کم خونی و رنگ پریدگی پوست

علائم زخم معده



← اگر خونریزی شدید و ناگهانی رخ دهد، ممکن است ضعف، سرگیجه، غش، تنگی نفس یا درد شکم کرامپ مانند و یا اسهال دیده شود. ممکن است شخص وارد شوک شده، دارای نبض سریع نخعی شکل و افت فشار خون باشد. همچنین ممکن است بیمار رنگ پریده و بی حال باشد.

درمان

زمانی که بیمار با خونریزی گوارشی مراجعه می کند، پس از متعادل کردن علائم حیاتی بیمار از طریق مایع درمانی مناسب (سرم تزریقی)، برای بیمار لوله معده گذاشته شده، شستشوی معده انجام می شود و وضعیت شدت خونریزی بیمار تخمین زده می شود.

گاهی به دلیل عدم توقف خونریزی جراحی اورژانسی ضروری است. برای تشخیص یا درمان خونریزی، بسته به منشأ آن آندوسکوپی یا کلونوسکوپی انجام می شود.

آندوسکوپی:

آندوسکوپ (درون بین) لوله انعطاف پذیر باریکی است که دوربین بسیار کوچکی در سر آن قرار دارد.

مسکن ملایمی به بیمار داده می شود و سپس لوله از راه دهان وارد معده می شود.

پزشک لایه مخاطی معده را جهت تشخیص زخم معده بررسی می کند و نمونه های بسیار کوچک بافتی (نمونه برداری) برای معاینات میکروسکوپی گرفته می شود.

چنانچه در آزمایش های تصویربرداری ابتلا به زخم معده مشخص شود، به احتمال زیاد آزمایشی به منظور تعیین وجود هلیکوباکتر پیلوری انجام می شود.

