

علائم هشدار دهنده:

در صورت مشاهده موارد زیر به پزشک مراجعه کنید:

- ▶ دهان تشنه و خشک
- ▶ رخوت یا التهاب اندامها (نوک انگشتان و ...)
- ▶ کاهش وزن
- ▶ بیوستی که با تغییر رژیم غذایی یا رژیم پرفیبر برطرف نشود.
- ▶ اسهالی که بیشتر از ۲۴ ساعت طول بکشد یا حاوی خون باشد.

رژیم غذایی:

- ۱- از مصرف غذاهای آماده یا همان فست فودها اجتناب کنید و غذاهای چرب نخورید.
- ۲- از خوردن مواد داغ پرهیز کنید.
- ۳- از خوردن سس گوجه فرنگی و ترشی اجتناب کنید.
- ۴- مصرف میان وعده های ناسالم همچون چیپس و پفک، غذاهای تند، شور و پرادویه رابه حداقل برسانید.
- ۵- از مصرف چای فراوان و پررنگ، مواد کافئینی مانند: قهوه و نسکافه بپرهیزید.
- ۶- سعی کنید تعداد وعده های غذایی را افزایش اما حجم آنها را کاهش دهید.
- ۷- کاهش وزن، ترک سیگار و عدم مصرف الکل از مواردی می باشند که در کنترل علائم این بیماری بسیار کمک می کنند.
- ۸- از مصرف نوشابه گازدار، شکلات و تنقلات و غذاهای چاشنی دار اجتناب کنید.
- ۹- در بیماران که علائم برگشت اسید معده به داخل مری یا بازگشت غذا از معده به مری دارند، لازم است از دراز کشیدن بلافاصله پس از غذا خودداری کرده و حتی الامکان بالا تنه را در هنگام خواب در موقعیت بالاتری از پایین تنه قرار دهند یا طرف پایین تخت ایشان در سطح پایین تری نسبت به قسمت بالای تخت (از سطح افق) قرار داشته باشد.
- ۱۰- سعی کنید که با استفاده از تکنیک های مناسب، استرس خود را کاهش دهید.



برای دسترسی به نوشتارهای بیشتر رمزینه پایین را با گوشی تلفن هوشمندتان اسکن نمایید



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی
تخت جمشید

با پیشرفته ترین امکانات تشخیصی، درمانی
و ورزیده ترین کادر پزشکی و پرستاری
در خدمت هم میهنان عزیز می باشد

آدرس: کرج-عظیمیه، میدان مهران
تلفن: ۰۲۶-۳۲۱۱۹۰۰۰ / ۰۲۶-۳۲۱۱۹۲۳۶ / فکس: ۰۲۶-۳۲۱۱۹۲۳۶
WWW.TJMEDICIAN.ORG



بیمارستان تخصصی تخت جمشید
TAKHTE JAMSHID HOSPITAL

عنوان آموزش:

خونریزی گوارشی چیست؟



دپارتمان آموزش و ارتقاء سلامت

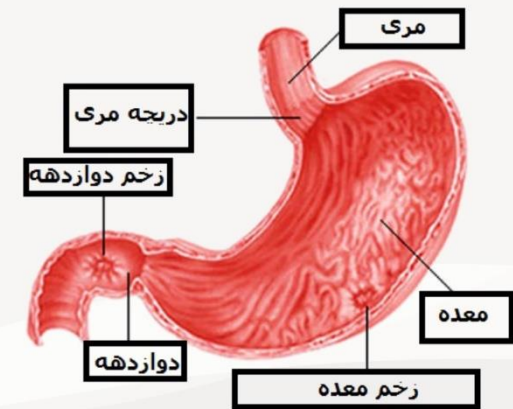
کد: ۱۲

خونریزی گوارشی چیست؟

خونریزی گوارشی در اثر صدمه و آسیب موضعی ایجاد می شود و موجب زخم مخاط دستگاه گوارش می گردد. خونریزی گوارشی به دو دسته با منشأ فوقانی و تحتانی تقسیم می شوند.

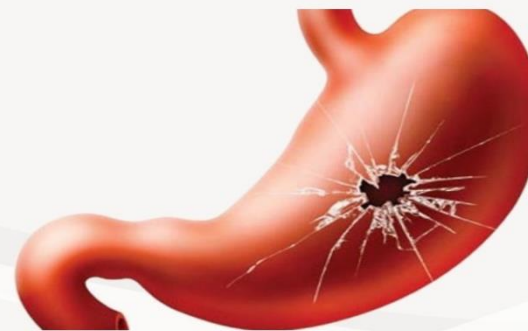
برخی از علل شایع خونریزی گوارشی فوقانی:

- ◀ زخم معده و دوازدهه
 - ◀ واریس های گوارشی
 - ◀ آسیب های مخاط معده و اثنی عشر
 - ◀ بیماری های التهابی مری و واریس مری
 - ◀ بدخیمی ها
 - ◀ مصرف بی رویه داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی
 - ◀ مصرف نادرست و بی رویه داروهای کورتونی و...
- نکته: یکی از علل شایع خونریزی های گوارشی ، استفاده بی رویه از داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی مثل مفنامیک اسید ، دیکلوفناک ، بروفن ، پیروکسیکام و... است . به همین دلیل ، این داروها باید فقط با مشاوره پزشک و به مقدار لازم مصرف شوند.



علائم خونریزی گوارشی:

- ◀ استفراغ خون روشن با موادی با زمینه قهوه ای که نشانه خونریزی قسمت فوقانی دستگاه گوارش است . خون استفراغ شده مطرح کننده خونریزی از مری ، معده یا قسمت فوقانی روده کوچک ، دوازدهه است. (خونی که مدت زمان طولانی تر در معده باقی مانده باشد ، معمولاً قرمز تیره یا قهوه ای رنگ است یا شبیه تفاله ی ته نشین شده ی قهوه است)
- ◀ مدفوع قیری و بدبو ، این نوع مدفوع که ملنا نام دارد بر وجود خون حداقل به مدت ۱۴ ساعت در دستگاه گوارش دلالت دارد . (خونریزی بخشهایی از روده که پایین تر از دوازدهه قرار دارند معمولاً به سمت بالا ، یعنی به معده باز نمی گردد ، بلکه وارد مدفوع می شود.)
- ◀ 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.
- ◀ علائم کم خونی مثل: خستگی ، سیاهی چشم ، درد قفسه سینه یا تنگی نفس .
- ◀ افت فشارخون
- ◀ در برخی از موارد شوک به دلیل از دست دادن شدید خون (بیش از یک لیتر خون در ۲۴ ساعت).



تشخیص:

- ◀ در اغلب موارد تشخیص وجود خون در مدفوع فقط از طریق انجام تست های آزمایشگاهی امکان پذیر است ، زیرا مقدار خون ، کمتر از مقداری است که قابل رویت می باشد و به این حالت (خون مخفی) گفته می شود .
- ◀ برای تشخیص یا درمان خونریزی ، بسته به منشأ آن اندوسکوپی یا کلونوسکوپی انجام می شود.
- ◀ در خونریزی قسمت فوقانی مجرای گوارش ، پزشک از روشی به نام آندوسکوپی مجرای فوقانی استفاده می کند. در این روش یک لوله فیبر نوری کوچک از طریق مری پایین فرستاده شده و وارد معده می گردد تا محل خونریزی را کشف کند . در خونریزی های مجرای گوارش تحتانی پزشک ممکن است از کولونوسکوپی استفاده کند. کولونوسکوپی مشابه آندوسکوپی فوقانی است اما لوله آن از طریق مقعد وارد شده و درون روده بزرگ به سمت بالا هدایت می شود.

درمان:

- ◀ درمان بستگی به علت و شدت خونریزی دارد 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.
- ◀ تزریق خون در برخی موارد ضرورت می یابد و گاه به دلیل عدم توقف خونریزی ، جراحی اورژانسی ضروری است.

خود مراقبتی

آموزشهای لازم به بیمار

- ◀ داروها را طبق دستور پزشک معالج مصرف کنید.
- ◀ قرص های جویدنی را کاملاً بجوید.
- ◀ قبل از مصرف شربت های آنتی اسید ، آنها را به خوبی تکان دهید.
- ◀ آب زیاد بخورید ، یکی از ساده ترین راه های کاهش زور زدن به هنگام دفع مدفوع و جلوگیری از پیدایش بواسیر و شقاق ، نوشیدن زیاد مایعات است.