

**زخم معده:** این بیماری به معنی نوعی آسیب خوش خیم در معده است که نام دیگر آن اولسر پپتیک است. امروزه پزشکان دریافته‌اند که علت اصلی زخم معده استرس یا رژیم غذایی نیست، بلکه آلوده شدن به باکتری خاصی بنام هلیکوباکتر پیلوری از علل اصلی آن است. این باکتری در بزاق وجود دارد و از طریق استفاده از قاشق و چنگال فرد آلوده یا خوردن غذای نیمه کاره دیگران منتقل می‌شود. از علل دیگر برخی از داروها مانند آسپرین، ایبوپروفن، ناپروکسن و برخی داروهای بیماری آرتریت می‌باشند که می‌تواند باعث زخم معده شوند، مصرف سیگار و الکل هم از دیگر علل زخم معده است.

### علائم زخم معده

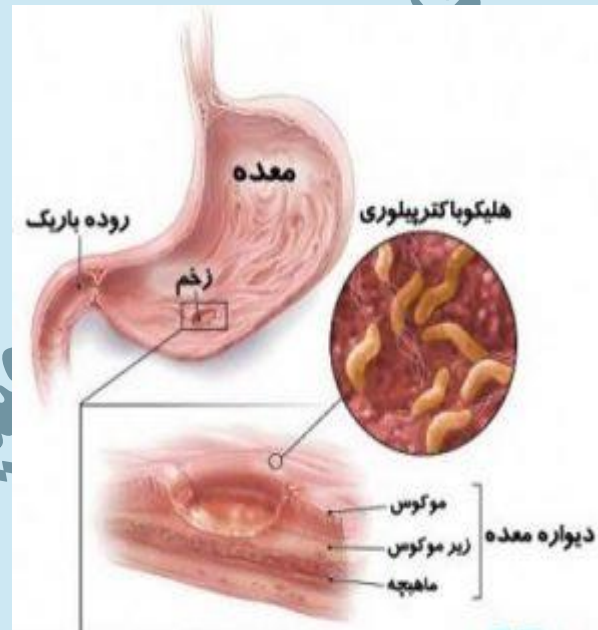
درد سوزشی که از جناغ سینه تا بالای ناف می‌تواند احساس شود. درد زخم معده از یک ساعت بعد از غذا خوردن شروع می‌شود و تا ساعت‌ها ادامه می‌دهد. همچنین شب‌ها شعله‌ور شده و می‌تواند فرد را از خواب بیدار کند. درد زخم معده در زمان خالی بودن معده بدتر می‌شود لذا باید از گرسنگی اجتناب کرد. بالا آوردن خون که با رنگ قرمز یا سیاه مشخص می‌شود. وجود خون تیره رنگ در مدفوع یا قیری شدن مدفوع

کاهش وزن بدون دلیل و تغییر اشتها

زخم معده می‌تواند برای مدتی فروکش کند ولی بعد از چند هفته علائم زخم معده بر می‌گردد لذا حتماً باید برای درمان زخم معده به پزشک مراجعه کرد.

### راه‌های تشخیص:

- آندوسکوپی و نمونه برداری از لایه مخاطی معده جهت بررسی هلیکوباکتر پیلوری
- آزمایش خون، آزمایش مدفوع و آزمایش تنفس نیز برای تشخیص هلیکوباکتر پیلوری به کار می‌روند.



### درمان:

- درمان آنتی بیوتیکی چند دارویی برای مدت حدود یک ماه در صورت مثبت بودن باکتری هلیکوباکتر پیلوری
- داروهای کاهش دهنده اسید معده
- در صورت خونریزی شدید زخم معده داشته باشد ممکن است آندوسکوپی برای سوزاندن زخم و کاهش خونریزی لازم باشد؛ اگر خونریزی با آندوسکوپی کنترل نشود یا سوراخ شدگی زخم رخ دهد، آنگاه جراحی مورد نیاز خواهد بود.
- داروهای تجویز شده را به موقع و بطور صحیح مصرف نمایید.

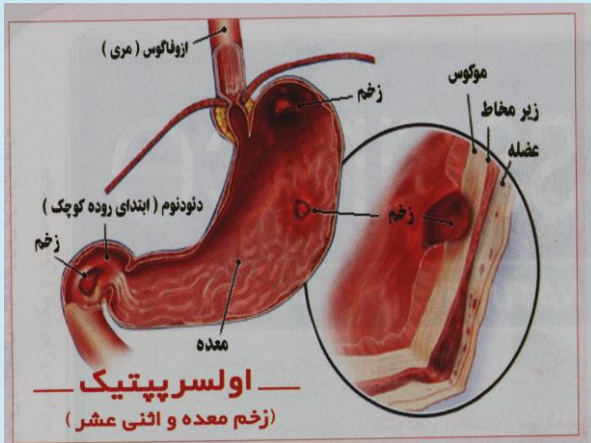
### علائم هشدار دهنده: در صورت بروز

### علائم زیر به پزشک مراجعه نمایید.

- احساس سرما یا مرطوب بودن پوست
- احساس ضعف و یا سرگیجه غیر عادی
- احساس درد شدید و ناگهانی، درد به قسمت پشت بدن کشیده شده و با مصرف دارو کم نشود.
- استفراغ خونی
- کاهش وزن پایدار



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی شیراز  
مرکز آموزش، پژوهش و درمانی امام حسین (ع)



# اولسر پپتیک (زخم معده)

تلفن: 13-32342000

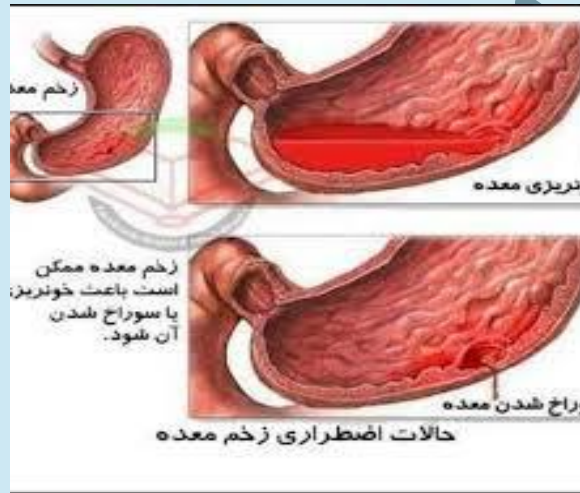
تهیه و تنظیم: م خطیبی، کارشناس پرستاری،

سوپروایزر آموزش سلامت، بازنگری: زمستان 1399

منبع: پرستاری داخلی جراحی برونر سوارت

راهنمای بالینی پرستاری دکتر امامی رضوی و اعظم گیوری

- اسیدینه غذاهای مصرفی در مبتلایان به زخم های گوارشی اهمیت زیادی ندارد مگر اینکه بیمار علاوه بر زخم دچار زخم ها و ضایعاتی در دهان و مری نیز باشد
- شیر محتوی کلسیم و پروتئین بالاست که یک تحریک کننده ی قوی ترشح اسید معده است به همین دلیل مصرف متناوب و مکرر شیر برای درمان زخم معده توصیه نشده است



- توجه داشته باشید همیشه احتمال عود زخم معده وجود دارد، بنابراین همواره جانب احتیاط را رعایت کنید ریشه کنی میکروب باید تایید شود.

## توصیه

- داروهای تجویز شده را طبق دستور مصرف کنید.
- سیگار یا تنباکو مصرف نکنید
- از خوردن نوشابه خودداری کنید مصرف قهوه یا شکلات را قطع یا بسیار محدود کنید.
- هیچ گاه بدون نظر پزشک از آسپرین یا مسکن هایی مانند بروفن استفاده نکنید.
- معده خود را برای طولانی مدت خالی نگاه ندارید
- سعی کنید تعداد وعده های غذایی را زیاد و حجم آن را کم کنید.
- از خوردن هر چیزی که موجب تحریک و سوزش معده می شود اعم از فلفل، یا ادویه یا پیتزا خودداری کنید
- از خوردن وعده های غذایی حجیم قبل از خواب اجتناب کنید.

