

گاستریت چیست؟

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



عوامل بروز بیماری:

- رژیم غذایی نامناسب، پر خوری، مصرف غذاهای آلوده و یا محرک مانند غذاهای بسیار تند و پر ادویه خوردن
- آشامیدنی های داغ، کافئین زیاد
- مصرف برخی از داروها مانند آسپرین و داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی،
- مصرف الکل و دخانیات
- استرس
- وجود باکتری هلیکوباکتر پیلوری در معده،
- رادیوتراپی به صورت مکرر
- مصرف اسید یا قلیای غلیظ (می تواند منجر به زخم یا سوراخ شدن مخاط یا تنگی پیلور شود)

علائم و نشانه های بیماری:

در نوع حاد: درد شکم، سردرد، بی حالی، تهوع، بی اشتها، استفراغ، سسکسه

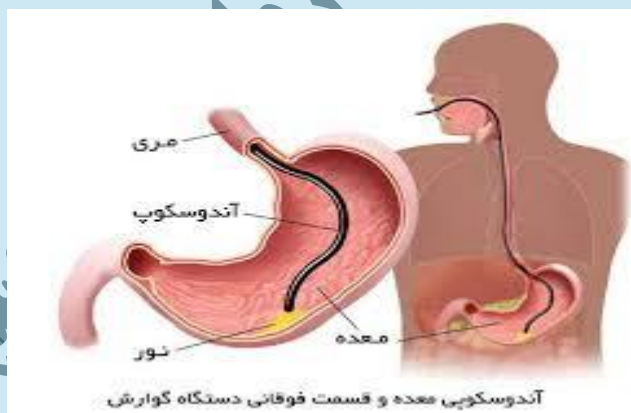
در نوع مزمن: سوزش سر دل بعد از خوردن غذا، احساس

طعم ترشی در دهان، تهوع، استفراغ، آروغ زدن خونریزی گوارشی در صورت بروز زخم (استفراغ خونی یا مدفوع قیری و سیاه رنگ)

راه های تشخیص:

*آندوسکوپی

*عکس برداری قسمت فوقانی دستگاه گوارش



خطر بروز کم آبی به دلیل مصرف ناکافی مایع و از دست دادن مایع از طریق استفراغ و عدم تعادل غذایی به دلیل دریافت ناکافی مواد غذایی و کمتر از رفع نیاز بدن وجود دارد، بنابراین پیگیری و درمان در اسرع وقت را جدی بگیرید. نمایید.

درمان:

- جهت انتخاب مناسب ترین راه درمان به پزشک مراجعه نمایید.
- داروهای تجویز شده را به موقع و بطور صحیح مصرف نمایید.



- از اضطراب و استرس پرهیزید.
- اگر گاستریت شما از نوع عفونی است، آنتی بیوتیک های تجویز شده را بطور کامل مصرف کنید
- در صورت وجود کم خونی پیگیری درمان لازم است
- کشیدن سیگار و مصرف الکل باید قطع شود.



علائم هشدار دهنده:

گاستریت

ورم معده



تهیه و تنظیم: دفتر آموزش سلامت

بازنگری: زمستان ۱۴۰۳

منبع: پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث
راهنمای بالینی پرستاری دکتر امامی رضوی و اعظم کیوری



شماره تماس: ۱۴-۳۲۳۴۲۰۰۰

بیمارستان امام حسین (ع)

رژیم غذایی:

رعایت رژیم غذایی جزء اصلی درمان گاستریت

است.

از خوردن غذاهای محرک خودداری کنید.
در اولین روز درد شدید معده از خوردن غذاهای جامد و سنگین پرهیز کنید.

از خوردن سریع مواد غذایی پرهیز کنید.
از خوردن وعده ی غذای پر حجم و نفاخ پیش از خواب خودداری نمایید. از آشامیدنی های حاوی کافئین (قهوه ، نوشابه های گازدار و ...) خودداری کنید.
روزانه حداقل ۶ الی ۸ لیوان آب بنوشید
در گاستریت هیچ دلیلی برای حذف کامل ماده ی غذایی وجود ندارد مگر آنکه باعث درد و ناراحتی معده شود.

