

گاستریت چیست ؟

التهاب مخاط معده را گاستریت می‌نامند که یک مشکل شایع گوارشی است. ممکن است حاد یا مزمن بوده و یا دارای دوره‌های عودکننده باشد.



عوامل بروز دهنده بیماری

1. مصرف غذاهای آلوده و یا محرک غذاهای بسیار تند و پر ادویه.
2. مصرف بیش از حد قرص آسپرین.
3. مصرف زیاد الکل و دخانیات.
4. خوردن آشامیدنی‌های داغ.

موارد خطر

1

2

3

• خطر بروز کم‌آبی به دلیل مصرف ناکافی مایع و از دست دادن مایع از طریق استفراغ وجود دارد.

• ممکن است عدم تعادل غذایی، کمتر از رفع نیاز بدن به دلیل دریافت ناکافی مواد غذایی بوجود آید.

علائم و نشانه های بیماری

نوع حاد :

درد شکم، سردرد، بی‌حالی، تهوع، بی‌اشتهایی، استفراغ، سکسکه.

نوع مزمن

سوزش سردل بعد از خوردن غذا، احساس طعم ترشی در دهان، تهوع، استفراغ، آروغ زدن.

راههای تشخیصی

1. آندوسکوپی.
2. عکسبرداری قسمت فوقانی دستگاه گوارش.

درمان

• به پزشک جهت انتخاب مناسب‌ترین راه درمان مراجعه نمایید.

• داروهای تجویز شده را به موقع و به طور صحیح مصرف کنید.

• کشیدن سیگار و مصرف الکل باید قطع شود.

• از اضطراب و استرس پرهیزید.

رژیم غذایی

- از خوردن غذاهای محرک اجتناب کنید.
- از خوردن سریع مواد غذایی پرهیز کنید.
- از خوردن وعده‌ی غذایی پرچرب و نفاخ پیش از خواب خودداری کنید.
- از آشامیدن نوشیدنی‌های حاوی کافئین (قهوه، نوشابه‌های کولادار و ...) خودداری کنید.

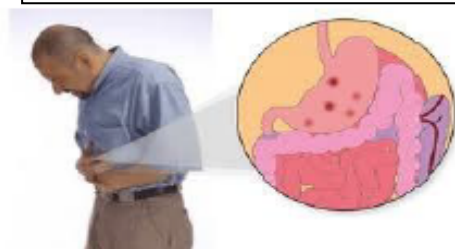




بیمارستان امام صادق (ع) دلیجان

گاستریت

(ورم معده)



تهیه وتنظیم :

آرزو رضائی

(ارشد پرستاری مراقبت‌های ویژه)



4. در صورت وجود کم‌خونی پیگیری درمان لازم است.

**از خوردن وعده ی
غذایی پر حجم و نفاخ
پیش از خواب پرهیز
کنید.**

5

روزانه حداقل 6 تا 8 لیوان آب بنوشید.
استراحت کافی داشته باشید.



چند نکته :

1. اگر گاستریت شما از نوع عفونی است، آنتی بیوتیک های تجویز شده را به طور کامل مصرف کنید
2. در گاستریت هیچ دلیلی برای حذف کامل یک ماده ی غذایی وجود ندارد. مگر آنکه باعث درد یا ناراحتی معده شود. بنابر این لازم است رژیم شما برحسب شرایط فردی تنظیم شود.
3. کشیدن سیگار می تواند بر درمان گاستریت تاثیر سوء داشته باشد.

4