

علائم سیروز:

خستگی وضعف

بی اشتها، تهوع و کاهش وزن

بزرگ شدن کبد

قرمز شدن کف دست ها

مراحل بعدی:

زردی چشم و پوست



تغییر رنگ ادرار به قهوه ای

ریزش مو

بزرگ شدن سینه در آقایان

تجمع آب در شکم و پاها

خونریزی و کبودی مدفوع خونی یا سیاه

تیرگی شعور: اغما

سیروز کبدی عبارت است از تخریب مزمن و تشکیل بافت جوشگاهی در کبد که منجر به از دست رفتن کار طبیعی کبد میشود.

این بیماری در مردان دوبرابر شایع تر از زنان است. سیروز مادر زادی میتواند در شیرخواران و کودکان کم سن و سال نیز رخ دهد.



با توجه به توضیح تصویر بالا منظور از عروق پورت رگ خونی میباشد که به کبد خونرسانی میکند.

## سیروز کبدی

پمفلت آموزشی شماره (۹۹)

مرکز آموزشی درمانی امیرالمومنین (ع)



واحد آموزش پرستاری

<http://portal.arakmu.ir>

بهار ۱۴۰۳

## علل:

مصرف طولانی مدت و افراطی الکل  
هیپاتیت

قرار گرفتن در معرض مواد شیمیایی سمی  
و عوامل ارثی

## مبتلایان به سیروز کبدی را چه خطراتی

### تهدید می کند:

خونریزی از دستگاه گوارش

خونریزی در سایر نقاط بدن

برای پیشگیری از این خونریزی، رعایت نکات زیر مفید است:

- از قرار گرفتن در مکان یا موقعیت‌هایی که امکان آسیب

فیزیکی زیادی وجود دارد، دوری کنید.

- جهت مسواک زدن، از مسواک‌های با پرز نرم استفاده

کنید.

- بینی خود را محکم و با قدرت تخلیه نکنید.

## عفونت

در این رابطه باید نکات زیر را همیشه مد نظر قرارداد:

۱- اصول کلی پیشگیری از بیماری‌های عفونی را  
رعایت کنید.

۲- در صورت بروز تب در اولین فرصت به پزشک خود  
مراجعه کنید.

۳- در صورت بروز سوزش ادرار به پزشک مراجعه  
کنید.

۴- در صورت بروز بی‌اشتهایی و در شکم به پزشک  
مراجعه کنید.

اختلال هوشیاری



رژیم غذایی در این بیماران بسیار مهم است .  
یک نمونه رژیم غذایی برای فرد مبتلا به سیروز:

صبحانه: دو برش نان برشته (تقریباً ۱۶ گرم و ترجیحاً نان  
سبوس‌دار نظیر نان سنگک) + کره مارگارین (۳۰ گرم)  
یا پنیر کم نمک و کم چربی (۲۰ گرم) + یک فنجان چای با  
یک عدد خرما یا شیرینی دیگر + یک عدد هلوی بزرگ  
(۱۵۰ گرم)

غذای نیمروزی: یک قطعه نان برشته همراه با یک لیوان  
شیر معمولی قبل از ظهر

ناهار: ۱۲۰ گرم برنج + قرمه‌سبزی (شامل ۴۰ گرم  
سیب‌زمینی، ۳۰ گرم پیاز + ۱۰۰ گرم سبزیجات مربوطه)  
+ سالاد در حد تحمل، مصرف دو تکه گوشت کوچک  
(حداکثر ۵۰ گرم) بلامانع است + یک عدد میوه به عنوان  
دسر.

شام: فیله ماهی ۸۰ گرم (بهتر است آب‌پز یا کباب شده  
باشد) + سیب‌زمینی ۱۰۰ گرم + سالاد بدون نمک (خیار +  
گوجه‌فرنگی + کاهو + دوقاشق مرباخوری روغن زیتون) +  
یک عدد پرتقال به عنوان دسر

غذای آخر شب: دو برش نان برشته + یک پیاله ماست  
کم‌چربی (۲۰ گرم) + یک بشقاب کوچک اسفناج پخته  
(بورانی)