

علایم و نشانه های گاستریت چیست؟

درنوع حاد:

- درد شکم و احساس نفخ
- سردرد و بیحالی
- بی اشتهایی و احساس درد تیز و مبهم و سوزش در قفسه سینه
- تهوع و استفراغ
- سکسکه و آروغ زدن پشت سرهم
- تیره شدن رنگ مدفوع



درنوع مزمن:

- بی اشتهایی
- سوزش سردل بعد از غذا خوردن
- آروغ زدن
- احساس طعم ترشی در دهان
- تهوع و استفراغ

گاستریت (التهاب معده)

یک مشکل گوارشی شایع به شمار می آید که ممکن است حاد باشد که از چند ساعت تا چند روز به طول بینجامد یا مزمن باشد و از تماس مکرر با مواد محرک بوجود آید و یاممکن است دارای دوره های عودکننده باشد. اگر طولانی مدت درمان نشود فرد دچار زخم معده میشود.

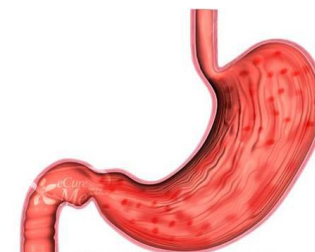
عوامل ایجادکننده بیماری چیست؟

- مصرف غذاهای آلوده یا محرک
- یادیر هضم (غذاهای بسیار تند و پرادویه)
- مصرف بیش از حد آسپرین
- مصرف زیاد الکل و دخانیات
- خوردن نوشیدنی های کافئین دار و آشامیدنی های بسیار داغ
- عفونت های باکتریایی و ویروسی
- استرس و خستگی بیش از حد
- بیماری هایی مانند کم خونی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی
درمانی استان مرکزی

مرکز آموزشی درمانی امیر المومنین (ع)



راهنمای خودمراقبتی

گاستریت (التهاب معده)

واحد آموزش به بیمار

بهار ۱۴۰۳

خطراتی که گاستریت بدنبال دارد:

- زخم معده
- کم آبی بدلیل مصرف ناکافی مایع و از دست دادن مایعات از طریق استفراغ
- عدم تعادل غذایی کم تر از رفع نیاز بدن
- سوء جذب ویتامین B12 در گاستریت مزمن باعث ایجاد کم خونی شده



راههای تشخیص گاستریت چیست؟

- شرح حال و نشانه های بیمار
- آندوسکوپی (عکس برداری و در صورت لزوم نمونه برداری از بافت معده)
- شمارش سلول های خونی و آزمایش بیوشیمی خون

درمان

- معمولاً بیمار در طول یک روز بهبود می یابد گرچه کم اشتهاپی او ممکن است

در گاستریت مزمن درمان شامل:

- اصلاح شیوه زندگی
- ترک سیگار و الکل
- پرهیز از اضطراب و استرس
- مصرف داروهای تجویز شده بموقع و بطور صحیح.
- در صورت وجود کم خونی پیگیری درمان لازم است.
- از غذاهای محرک و سریع خوردن غذا پرهیز کنید.
- وعده های غذایی پر حجم و نفاخ پیش از خواب پرهیز نمایید.
- از نوشیدنی های حاوی کافئین خودداری کنید.
- روزانه حداقل ۶ تا ۸ لیوان آب بنوشید.
- خواب و استراحت کافی داشته باشید.
- اگر گاستریت شما از نوع عفونی تشخیص داده شده که علت آن افزایش باکتری موجود در معده به نام هلیکوباکتر پیلوری که با آندوسکوپی تشخیص داده می شود نیاز به درمان با آنتی بیوتیک دارید.
- کاهش وزن
- اجتناب از مصرف بیش از حد مسکن هایی مانند ایبوپروفن و آسپرین

تا ۳ روز بیشتر ادامه داشته باشد. با آموزش در مورد قطع مصرف الکل یا غذاهای محرک گاستریت حاد درمان می شود.

- در صورتی که علت بروز گاستریت اسیدها یا بازهای قوی باشد. درمان شامل رقیق کردن و خنثی کردن ماده ایجاد کننده گاستریت می باشد بطور مثال به منظور خنثی کردن اسیدها از آنتی اسیدها متداول (هیدروکسید آلومینیوم) استفاده می شود جهت خنثی کردن باز از آب لیمو رقیق شده استفاده می شود اگر آسیب شدید باشد از لاواژ (شستشو معده) و دادن داروهای استفراغ آور خودداری می شود

سایر درمان ها که ممکن است با توجه به شرایط بیمار مورد نیاز باشد.

- وارد کردن سوند بینی معده.
- دادن مسکن ها و آرام بخش ها، ضد اسیدها و یا مایعات وریدی می باشد و انجام آندوسکوپی ضرورت می یابد. در موارد بسیار حاد جراحی اورژانس برای برداشتن قسمتهای گانگرن شده یا سوراخ شده ضرورت می یابد.