توضیح ورم معده (گاستریت) :

التهاب یا ورم مخاط معده را گاستریت می نامند که یک مشکل گوارشی بسیار شایع است و ممکن است از چند ساعت تا چند روز طول بکشد (ورم معده حاد) و یا این که از تماس مکرر با مواد محرک یا عوامل میکروبی ایجاد شود (ورم معده مزمن) و یا ممکن است که دارای دوره های عود کننده باشد .

عوامل ایجاد کننده ورم معده :

- مصرف غذاهای آلوده به میکروب و یا محرک ، مانند غذاهای بسیار تند و پر ادویه
- مصرف بیش از حد قرص آسپرین و یا سایر داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی
- مصرف زیاد الکل و دخانیات
- خوردن آشامیدنی های داغ
- برگشت صفرا
- پرتو درمانی

نوع بسیار شدید این التهاب منجر به سوراخ شدن و زخم معده می شود

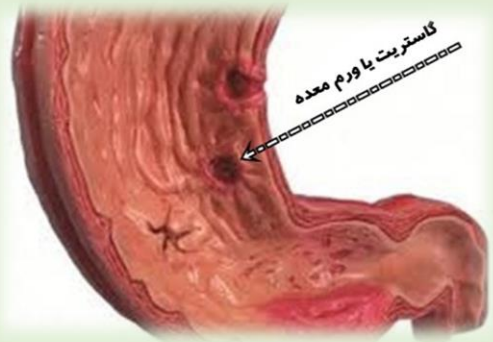
علایم ورم معده :

در ورم معده حاد :

- درد شکم ، سر درد
- بی حالی ، بی اشتهایی
- تهوع و یا استفراغ
- سکسکه (از چند ساعت تا چند روز)
- در برخی بیماران نیز بدون علامت است

در ورم معده مزمن :

- بی اشتهایی
- سوزش سر دل بعد از خوردن غذا
- آروغ زدن
- احساس طعم ترش در دهان
- تهوع و استفراغ
- کمبود ویتامین B12
- و در اکثر موارد هم بی علامت است



تشخیص ورم معده :

- آندوسکوپی
- عکسبرداری قسمت فوقانی دستگاه گوارش
- تست تنفسی ، تست سریع اوره آز
- شرح حال و نشانه های بیمار

درمان ورم معده :

معمولاً در ورم معده حاد ، بیمار طی یک روز بهبود می یابد ، گرچه کم اشتهایی او ممکن است برای ۲ تا ۳ روز بیشتر ادامه یابد . با قطع مصرف الکل یا غذاهای محرک ، گاستریت حاد معمولاً درمان می شود .

در صورتی که گاستریت مزمن اتفاق بیفتد ، ممکن است بنا به تشخیص پزشک ، فرد مجبور باشد از یک سری داروهای رقیق کننده و یا خنثی کننده اسید معده یا صفرای برگشتی به معده استفاده کند . سایر درمان ها شامل مُسکِن ها و آرامبخش ها و در موارد بسیار ضروری و حاد ، جراحی اورژانسی برای برداشتن قسمت های سوراخ شده می باشد .

عوارض ورم معده :

- کم آبی به دلیل مصرف ناکافی مایع و از دست دادن مایعات از طریق استفراغ
- سوء جذب ویتامین B12 و ایجاد کم خونی
- سوء تغذیه

نکات مراقبتی در فرد مبتلا به ورم معده :

- ✓ به پزشک جهت انتخاب مناسب ترین راه درمان مراجعه نمایید
- ✓ داروهای تجویز شده را به موقع و به طور صحیح مصرف نمایید
- ✓ کشیدن سیگار و مصرف الکل را باید قطع کنید
- ✓ از خوردن غذاهای محرک اجتناب کنید
- ✓ از اضطراب و استرس دوری کنید
- ✓ مواد غذایی را سریع نخورید و با آرامش بخورید
- ✓ از خوردن وعده های غذایی پر حجم و نفاخ قبل از خوابیدن اجتناب کنید
- ✓ از آشامیدن نوشیدنی های حاوی کافئین مانند قهوه ، نوشابه های کولا دار و... خودداری کنید
- ✓ روزانه حداقل ۶ تا ۸ لیوان آب بنوشید
- ✓ استراحت کافی داشته باشید
- ✓ اگر پزشک برای شما آنتی بیوتیک تجویز کرده است ، حتماً آن را تا آخر دوره آن و به صورت منظم مصرف کنید

ادامه نکات مراقبتی در فرد مبتلا به ورم معده :

- ✓ در صورت داشتن کم خونی ، پیگیری درمان را انجام دهید
- ✓ در رابطه با اصلاح شیوه ی زندگی خود اقدام کنید
- ✓ دوره درمانی خود را کامل کنید و پیگیر مراقبت های درمانی خود باشید
- ✓ حتی المقدور از مصرف مُسکِن ها خودداری کنید
- ✓ رژیم غذایی هر فرد مبتلا به گاستریت بر حسب شرایط فردی تنظیم می شود و رژیم غذایی هیچ کسی را با خود مقایسه نکنید



دانشگاه علوم پزشکی کردستان
بیمارستان سینا کامیاران

پمفلت آموزشی ورم معده (گاستریت)

واحد پرستاری آموزش و پیگیری بیمار

بازنگری سال ۱۴۰۵

منبع : برونر و سودارث

تهیه:فاطمه محمدی(سوپروایزر آموزش سلامت)

آموزش بیشتر در

