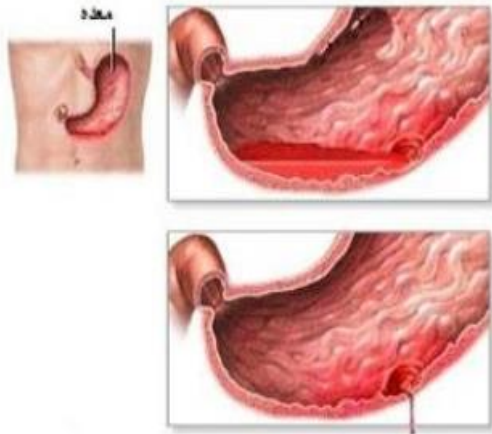




خونریزی گوارشی



طراح و تنظیم: آموزش به بیمار بیمارستان لقمان
حکیم

ویرایش: سمیرا رضایی مهر ۱۴۰۳

۱۱- از مصرف خودسرانه دارو بدون مشورت پزشک
اجتناب کنید. (به خصوص آسپرین ها و مسکن ها)

۱۲- تکنیک های کنترل استرس را یاد بگیرید.

مراقبت های دارویی:

سوکرالفیت: همراه با غذا نباید مصرف شود و همراه با
اب میل شود.

بیسموت: با معده خالی مصرف شود.

مترونیدازول: برای کاهش اختلالات گوارشی با غذا
مصرف شود. این دارو ممکن است باعث حس طعم
فلز در دهان شود. حتما به خاطر داشته باشید که
مصرف همزمان این دارو تاثیر داروی وارفارین را در
رقیق کردن خون افزایش میدهد.

۲- مصرف میان وعده های نا سالم و محرک همچون چیپس
و پفک، غذاهای تند، شور و پر ادویه و کافئین را به حداقل
برسانید.

۳- از مصرف چای فراوان و پر رنگ پرهیزید و غذاهای
چرب نخورید.

۴- سعی کنید تعداد وعده های غذایی را افزایش اما حجم ان
ها را کاهش دهید.

۵- از خوردن سس گوجه فرنگی و ترشی اجتناب کنید.

۶- از سیگار کشیدن و الکل که محرک معده هستند پرهیز
کنید.

۷- از مصرف نوشابه ها گازدارف شکلات و تنقلات و
غذاهای چاشنی دار اجتناب کنید.

۸- در بیماریانی که علائم برگشت اسید معده به داخل مری یا
بازگشت غذا از معده به مری دارند، لازم است از دراز
کشیدن بلافاصله پس از غذا خودداری کرده و حتی الامکان
بالاتنه را در هنگام خواب در موقعیت بالاتری از پایین تنه
قرار دهند یا طرف پایین تخت ایشان در سطح پایین تری
نسبت به قسمت بالای تخت (از سطح افق) قرار داشته
باشد.

۹- حداقل ۶ تا ۸ لیوان اب در روز بنوشید (اب به عنوان
انتهی اسید عمل میکند)

۱۰- غذا را به اهستگی بخورید و به خوبی بجوید.

خونریزی گوارشی چیست؟

خونریزی گوارشی در اثر صدمه و آسیب موضعی ایجاد میشود و موجب زخم مخاط دستگاه گوارش میشود.

خون ریزی های گوارشی به دو دسته با منشأ فوقانی و تحتانی تقسیم میشوند.

برخی از علل شایع خونریزی گوارشی فوقانی:

علل زخم دوازدهه:

- عفونت
- استرس زیاد
- مصرف سیگار
- مصرف الکل
- بیماری هایی مثل نارسایی کبد و کلیه و ریه

علل زخم معده:

- سو تغذیه
- مصرف داروهایی مثل اسپرین، کورتین و مسکن ها، غذاهای محرک
- ارث

(۲)

علائم خونریزی گوارشی

درد در ناحیه معده که به پشت انتشاریابد معمولا دو ساعت پس از غذا یا زمانی که معده خالی است اتفاق می افتد.

استفراغ خون روشن با موادی با زمینه قهوه ای که نشانه خونریزی در قسمت فوقانی دستگاه گوارشی است.

مدفوع قیری و بد بو، این نوع مدفوع که ملنا نام دارد بوجود خون حداقل به مدت ۱۴ ساعت در دستگاه گوارش دلالت دارد. خون قرمز و روشن در مدفوع که بیشتر مربوط به خونریزی قسمت تحتانی گوارش است. خونریزی مخفی دستگاه گوارش که در آزمایشات اختصاصی مدفوع تشخیص داده می شود با علایم کاهش وزن و کم خونی مزمن همراه است.

علایم کم خونی مثل خستگی، سیاهی چشم، درد قفسه سینه یا تنگی نفس و افت فشار خون، در برخی موارد شوک به دلیل از دست دادن شدید خون (بیش از یک لیتر خون در ۲۴ ساعت)

(۳)

درمان: در صورت خونریزی خودداری از خوردن و آشامیدن هرگونه مایعات و مواد غذایی، مراجعه سریع به پزشک.

آموزش مراقبت از خود به بیمار

داروها را طبق دستور پزشک معالج مصرف کنید.

قرص های جویدنی را کاملا بجوید.

قبل از مصرف شربت های آنتی اسید آن هارا به خوبی تکان دهید.

در صورت مشاهده موارد زیر به پزشک مراجعه نمایید:

رخوت یا بی حسی- انتهای اندام ها (نوک انگشتان و ...) کاهش وزن

بیوستی که با تغییر رژیم غذایی یا رژیم پرفیبر برطرف نشود.

اسهالی که بیش تر از ۲۴ ساعت طول بکشد یا حاوی خون باشد.

رژیم غذایی: از مصرف غذا های فست فود اجتناب کنید.

(۴)