



# خونریزی گوارشی

گروه هدف: بیمار و همراهان



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار مرکز

با نظارت دکتر صالحی (فوق تخصص گوارش)

بازبینی زمستان ۱۴۰۱

## رژیم غذایی

- بیماران دچار زخم معده باید از مصرف فست فودها اجتناب کنند.
- مصرف میان وعده های ناسالم مانند چیپس و پفک، غذاهای تند، شور و پراثویه را به حداقل برسانید.
- از مصرف چای فراوان و پررنگ خودداری کنید و مصرف غذاهای چرب را بحداقل برسانید.
- سعی کنید تعداد وعده های غذایی را افزایش دهید و از مقدار هر وعده کم کنید.
- از خوردن سس گوجه فرنگی و ترشی اجتناب کنید.
- عدم مصرف سیگار و الکل از موارد قابل توجه میباشد.
- از مصرف نوشابه های گازدار شکلات و تنقلات اجتناب کنید.
- در بیمارانی که علائم برگشت اسید و یا محتویات معده به مری را دارند لازم است از دراز کشیدن بلافاصله پس از غذا خوردن خودداری شود و حتی الامکان هنگام خواب بالا تنه را در موقعیت بالاتری نسبت به پایین تنه قرار دهند.

## منبع:

[www.fa.wikipedia.org](http://www.fa.wikipedia.org)

## توصیه های مهم

- داروها را طبق دستور پزشک معالج مصرف کنید.
- قرصهای جویدنی را کامل بجوید.
- قبل از مصرف شربت های انتی اسید آنها را به خوبی تکان دهید.

## در صورت مشاهده موارد زیر به پزشک مراجعه کنید:

- ✓ دهان تشنه و خشک
- ✓ رخوت و التهاب انتهای اندام ها (نوک انگشتان و...)
- ✓ کاهش وزن
- ✓ بیوستی که با رژیم پرفیبر هم بر طرف نشود.
- ✓ اسهالی که بیش از ۲۴ ساعت طول بکشد و یا حاوی خون باشد.



## درمان

زمانیکه بیمار با خونریزی گوارشی مراجعه میکند، پس از متعادل کردن علائم حیاتی بیمار از طریق مایع درمانی مناسب (سرم تزریقی) برای بیمار لوله معده گذاشته شده، شستشوی معده انجام می شود و وضعیت شدت خونریزی تخمین زده می شود. گاه به دلیل عدم توقف خونریزی جراحی اورژانسی ضروری است. برای تشخیص یا درمان خونریزی بسته منشأ آن اندوسکوپی یا کولونوسکوپی انجام می شود.



## علائم خونریزی گوارشی

استفراغ خون روشن با موادی با زمینه قهوه ای که نشانه خونریزی قسمت فوقانی دستگاه گوارش می باشد. مدفوع قیری و بدبو، این نوع مدفوع که ملنا نام دارد، بر وجود خون در دستگاه گوارش حداقل به مدت ۱۴ ساعت دلالت دارد. خون قرمز و روشن که بیشتر مربوط به خونریزی قسمت تحتانی دستگاه گوارش میباشد. خونریزی مخفی دستگاه گوارش که در آزمایشات اختصاصی مربوط به مدفوع تشخیص داده می شود و با علائم کاهش وزن و کم خونی مزمن همراه است. علائم کم خونی مثل خستگی، درد قفسه سینه، تنگی نفس، افت فشارخون و... در برخی از موارد شوک به دلیل از دست دادن حجم زیاد خون (حدود یک لیتر در ۲۴ ساعت)

## خونریزی گوارشی چیست

خونریزی گوارشی در اثر صدمه و آسیب موضعی ایجاد می شود و موجب زخم مخاط دستگاه گوارش میگردد.

خونریزی های گوارشی به دو دسته با منشأ فوقانی و تحتانی تقسیم می شوند

## برخی از علل شایع خونریزی گوارشی فوقانی

زخم های معده و دوازده

واریس های گوارشی

آسیب های مخاط معده و اثنی عشر

بیماریهای التهابی مری و بد خیمی ها