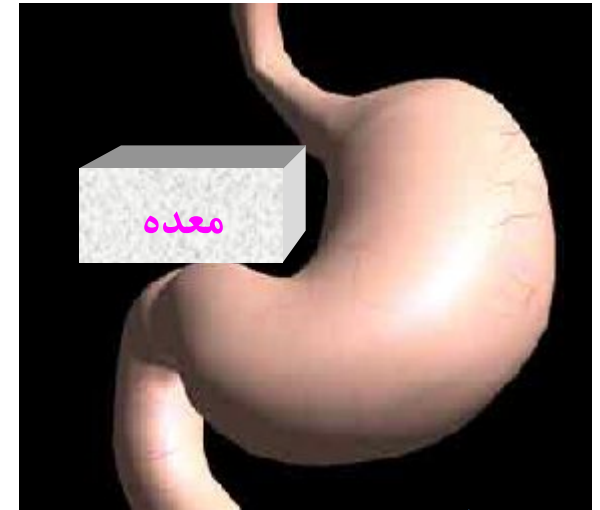


التهاب مخاط معده را گاستریت می‌نامند که یک مشکل شایع گوارشی است. ممکن است حاد یا مزمن بوده و یا دارای دوره‌های عودکننده باشد.



عوامل پرور دهنده بیماری

- ❖ مصرف غذاهای آلوده و یا محرک مانند غذاهای بسیار تند و پرادویه.
- ❖ مصرف بیش از حد قرص آسپرین.
- ❖ مصرف زیاد الکل و دخانیات.
- ❖ خوردن آشامیدنی‌های داغ.

۱

موارد خطر

✳️ خطر بروز کم‌آبی به دلیل مصرف ناکافی مایع و از دست‌دادن مایع از طریق استفراغ وجود دارد.

✳️ ممکن است عدم تعادل غذایی، کمتر از رفع نیاز بدن به دلیل دریافت ناکافی مواد غذایی بوجود آید.

علائم و نشانه‌های بیماری

در نوع حاد:

درد شکم، سردرد، بی‌حالی، تهوع، بی‌اشتهایی، استفراغ، سسکه.

در نوع مزمن:

سوزش سردل بعد از خوردن غذا، احساس طعم ترشی در دهان، تهوع، استفراغ، آروغ زدن.

راه‌های تشخیص

۱. آندوسکوپی.

۲

۲. عکسبرداری قسمت فوقانی دستگاه گوارش.

درمان

➤ به پزشک جهت انتخاب مناسب‌ترین راه درمان مراجعه نمایید.

➤ داروهای تجویز شده را به موقع و به طور صحیح مصرف کنید.

➤ کشیدن سیگار و مصرف الکل باید قطع شود.

➤ از اضطراب و استرس پرهیزید.

رژیم غذایی

رعایت رژیم غذایی

جزء اصلی درمان

گاستریت است

۳



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران
مرکز آموزشی درمانی ضیائیان
No 110



در مورد

گاستریت گاستریت

چه می دانید؟

بهار ۱۴۰۰

پمفلت آموزشی مددجو

برحسب شرایط فردی تنظیم شود.

✓ کشیدن سیگار می تواند بر درمان گاستریت تاثیر
سوء داشته باشد.

✓ در صورت وجود کم خونی پیگیری درمان لازم
است.

**از خوردن وعده‌ی غذایی پر حجم
و نفاخ پیش از خواب پرهیز کنید.**

چاره‌ی سلامتی برای شما مددجوی گرامی

جهت دسترسی به مطالب آموزش سلامت و دانلود

پمفلت‌های آموزش به بیمار

و یا <http://www.ziaeian.ir>

<http://help.tums.ac.ir>

جهت ارائه پیشنهاد و انتقاد

Ziaeian@tums.ac.ir

◇ از خوردن غذاهای محرک اجتناب کنید.

◇ از خوردن سریع مواد غذایی پرهیز کنید.

◇ از خوردن وعده‌ی غذایی پر حجم و نفاخ پیش
از خواب پرهیز کنید.

◇ از آشامیدن نوشیدنی‌های حاوی کافئین
خودداری کنید.

◇ روزانه حداقل ۶ تا ۸ لیوان آب بنوشید.

◇ استراحت کافی داشته باشید.

چند نکته مهم

✓ اگر گاستریت شما از نوع عفونی است، تنها
روش درمان عفونت آنتی‌بیوتیک درمانی است.

✓ در گاستریت هیچ دلیلی برای حذف کامل یک
ماده‌ی غذایی وجود ندارد. مگر آنکه باعث درد یا
ناراحتی معده شود. بنابراین لازم است رژیم شما