

بسمه تعالی



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی سینا

گاستریت

تهیه و تنظیم: ملک پور - کارشناس پرستاری

منبع: داخلی جراحی برونر سوارث

تایید کننده علمی: اساتید بخش داخلی

تاریخ تدوین اسفند ۱۳۹۸

تاریخ بازنگری شهریور-۱۴۰۱

آموزشهای حین بستری:

- 1- دستبند شناسایی که به دست غالب شما بسته شده است تا زمان ترخیص نگهداری کنید.
- 2- به علت خطر سقوط از تخت همیشه نرده کنار تخت بالا باشد.
- 3- حتماً قبل از خروج از تخت ۱۰ دقیقه در وضعیت نشسته و پاها آویزان باشد و سپس اقدام به خروج از تخت نمایید.
- 4 جهت پیشگیری از کرونا، شستشوی دست، فاصله اجتماعی، بهداشت فردی انجام گردد و از ماسک استفاده کنید.
- 5- همراه بیمار باید قبل از انجام هر اقدامی برای بیمار، به پرستار اطلاع دهد.
- 6- نام پزشک خود را بدانید و نام پرستار خود را در هر شیفت بپرسید.
- 7- درمورد فعالیت و نوع تغذیه از پزشک یا پرستار خود سوال کنید.

علل بروز بیماری:

رژیم غذایی نامناسب، پرخوری، مصرف غذاهای آلوده یا محرک مثل غذاهای تند و پرادویه، آشامیدنی های داغ، کافئین زیاد، مصرف برخی از داروها مانند آسپرین، مصرف الکل و سیگار. استرس، وجود باکتری در معده

علائم:

در نوع حاد: درد شکم، سردرد، بی حالی، تهوع و استفراغ، بی اشتها

در نوع مزمن: سوزش سر دل بعد از خوردن غذا، مزه ترشی در دهان، تهوع و استفراغ، خون ریزی گوارشی در صورت بروز زخم گوارشی (استفراغ خونی یا مدفوع سیاه رنگ)

درمان :

جهت انتخاب مناسب ترین درمان به پزشک مراجعه کنید. داروهای تجویز شده را به طور کامل مصرف نمایید. از اضطراب و استرس پرهیزید. کشیدن سیگار و الکل باید قطع شود.

رژیم غذایی و توجهات لازم

۱- اجتناب از خوردن غذاهای آماده یا فست فود

۲- به حداقل رساندن میان وعده هایی مثل چیپس و پفک و غذاهای تند و شور و پر ادویه

۳- پرهیز از چای فراوان و پر رنگ و کافئین

۴- افزایش تعداد وعده های غذایی و کاهش حجم غذا در هر وعده

۵- خودداری از خوردن سس های ترش و شور

۶- اجتناب از دراز کشیدن بلافاصله بعد از غذا

۷- استفاده از بالش بلند هنگام خوابیدن

۸- محدود کردن مصرف نوشابه های گازدار ، شکلات ، فلفل ، سیر ، غذاهای چاشنی دار

۹- معده طولانی مدت خالی نماند

۱۰- انجام ورزش منظم و داشتن تغذیه مناسب و آرامش روانی

۱۱- در صورتی که بیمار با درمان داروهای آنتی اسید مرخص شده است

باید موارد زیر را رعایت کند : داروها را طبق دستور پزشک مصرف کند. قرص های قابل جویدن را کامل بجود. قبل از مصرف سوسپانسیون های آنتی اسید ، آنها را به خوبی تکان دهد.

از مصرف آسپرین و مسکن ها خودداری کند مگر در شرایط خاص و با توصیه پزشک.

علایم هشداردهنده :

در صورت وجود این علایم باید به پزشک مراجعه کنید

۱- احساس سرما یا مرطوب بودن پوست

۲- احساس ضعف یا سرگیجه غیرعادی

۳- درد شدید و ناگهانی، درد به قسمت پشت بدن کشیده می شود