

التهاب معده - روده ای چیست ؟

التهاب معده و روده معمولاً بیماری خفیفی است که موجب اسهال و استفراغ یا هر دو می شود.

اسهال : به افزایش دفعات اجابت مزاج (بیش از ۳ بار در روز) و تغییر در قوام مدفوع (شل شدن) گفته می شود.

استفراغ : به برگشت مواد غذایی هضم نشده از معده گفته می شود.

علت بیماری :

می تواند ویروسی یا میکروبی باشد. در نوع ویروسی دوره بیماری معمولاً کمتر از یک هفته است. ولی در نوع میکروبی، طول مدت بیماری بیشتر است.



علائم بیماری :

اسهال ، استفراغ ، بی اشتها ، درد شکم ، ضعف ، تب ،

اقدامات اولیه در صورت بروز علائم:

♦ برای چند ساعت خوردن و نوشیدن را قطع کنید تا معده در استراحت قرار گیرد. به منظور جلوگیری از کم آبی ، مایعات بیشتری میل نمایید.

♦ به تدریج شروع به خوردن مواد غذایی سریع الهضم مانند نان برشته شده ، موز ، برنج و جوجه نمایید.

♦ جهت تسکین درد و یا تب می توانید از استامینوفن استفاده کنید.

♦ کم آبی می تواند باعث ضعف و خستگی در شما گردد، لذا استراحت نمایید.

درمان در بیمارستان:

- ♦ سرم درمانی
- ♦ دارو درمانی
- ♦ انجام آزمایشات تشخیص (مدفوع ، ادرار، خون)

پیشگیری از بیماری:

پیشگیری از گسترش اسهال و استفراغ میکروبی آسان تر است. سعی کنید همه ی اعضای خانواده بهداشت شخصی خود را دقیقاً رعایت کنند.



بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی گیلان
بیمارستان دکتر پیروز لاهیجان

التهاب معده - روده ای در بزرگسال



آموزش به مددجو
کمیته آموزشی بیمارستان دکتر پیروز

۱۳۹۸

- از آب آشامیدنی سالم استفاده کنید، از مصرف یخ تهیه شده در خارج از منزل خودداری کنید.

- اگر در مناطقی زندگی می کنید که دسترسی به آب آشامیدنی تصفیه شده و لوله کشی وجود ندارد، حتماً قبل از مصرف آب را در یک دقیقه بجوشانید.

- هنگام مسافرت و بیرون رفتن به قصد تفریح و... حتی الامکان از بطری آب پلمپ شده استاندارد استفاده کنید.

منابع :

۱. نصیری زاده ، م ، (۱۳۹۲) ، راهنمای سریع آموزش به بیمار ، تهران ، حیدری ، صص : ۱۱۱-۱۱۲
۲. هینکل ، جی ال ، چیور ، کی اچ ، (۲۰۱۸) ، پرستاری داخلی و جراحی برونر و سودارث ، گوارش ، ترجمه : علیخانی ، م ، تهران ، جامعه نگر ، ص : ۱۳۴

شماره تلفن بیمارستان : ۳-۴۲۲۳۵۵۰۱

نکات قابل توجه برای شما مددجوی محترم :

۱-

۲-

۳-

رعایت بهداشت فردی :

- دست های خود را با آب و صابون بشوید. (قبل از شروع تهیه غذا - بعد از مصرف غذا - قبل و بعد از اجابت مزاج)

- میوه و سبزیجات را ضد عفونی شده مصرف نمایید.

- از دست فروشان و فروشندگان دوره گرد ، خوراکی تهیه نفرمایید.

- غذای پخته شده را فوراً میل نمایید. (هرچه فاصله بین پخت غذا و مصرف آن کمتر باشد احتمال آلودگی کمتر است).

- در صورت نگهداری غذا ، آنها را در دمای مناسب نگهداری کنید.

