

## خونریزی گوارشی چیست؟

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

خونریزی گوارشی به ۲ دسته با منشأ فوقانی و تحتانی تقسیم می شوند.



## برخی علل شایع خونریزی گوارشی:

- زخم معده و دوازدهه
- واریس های گوارشی
- آسیب های مخاط معده و اثنی عشر
- بیماری های التهابی مری و بدخیمی
- مصرف داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی مانند آسپیرین، ایبوپروفن، مفنامیک اسید، دیکلوفناک
- مصرف مشروبات الکلی

## علائم:

- استفراغ خونی
- مدفوع قیری و بد بو که نشان دهنده خونریزی دستگاه گوارش فوقانی می باشد.
- خون قرمز روشن در مدفوع که بیشتر مربوط به خونریزی قسمت تحتانی دستگاه گوارش می باشد اگر چه در خونریزی های وسیع دستگاه گوارش فوقانی نیز چنین تظاهراتی می تواند وجود داشته باشد.
- خونریزی مخفی گوارشی که در آزمایش های اختصاصی مربوط به مدفوع تشخیص داده می شود.
- علائم کم خونی مانند خستگی زودرس، سیاهی رفتن چشم، درد قفسه سینه و تنگی نفس
- شوک و افت فشار خون

## تشخیص و درمان:

- آندوسکوپی یا کولونوسکوپی بر اساس منشأ خونریزی
- درمان خونریزی گوارشی بستگی به علت بروز آن دارد. مثلاً در صورتی که علت خونریزی وجود زخم و یا سوراخ شدن معده و اثنی عشر باشد باید با سرم تراپی و یا جراحی محل خونریزی را بست و یا در صورتی که علت آن واریس مری باشد، باید عروق واریسی با دستگاه یا دارو مسدود گردد و اگر علت آن عفونت های متعدد باشد باید عفونت را درمان کرد.

## رژیم غذایی:

- بیمارانی که از زخم معده شاکی می باشند، باید از مصرف غذاهای آماده یا همان فست فودها اجتناب کنند.
- مصرف میان وعده های ناسالم همچون چیپس، پفک، غذاهای شور، تند، پرادویه و سرخ کردنی را به حداقل برسانند.
- از مصرف چای فراوان و پر رنگ و غذاهای چرب بپرهیزند.
- سعی شود تعداد وعده های غذایی را افزایش و حجم آنها را کاهش دهند.
- از خوردن سس ها و ترشیجات بپرهیزید.
- از مصرف نوشابه های گازدار، شکلات، تنقلات و غذاهای چاشنی دار اجتناب کنند.
- در بیمارانی که علائم برگشت اسید معده به داخل مری یا بازگشت غذا از مری به معده را دارند، لازم است از دراز کشیدن بلافاصله بعد از غذا خودداری کرده و حتی امکان در وضعیت نیمه نشسته قرار گیرند.
- از مصرف بی رویه و بدون تجویز مسکن ها خودداری کنید
- از خالی بودن معده به مدت طولانی اجتناب کنید.
- سعی کنید استرس خود را کاهش دهید.

# خونریزی گوارشی



تلفن های بیمارستان:

• ۵۲۸۸۸۲۸۲

تلفن های گویای بیمارستان (نوبت دهی):

• ۶۷۳۹۵۰۶۰

پیامک بیمارستان

• ۳۰۰۰۲۴۰

وب سا ی ت:

[razihospital.tums.ac.ir](http://razihospital.tums.ac.ir)

ایمیل: [razihospital@sina.tums.ac.ir](mailto:razihospital@sina.tums.ac.ir)

## توصیه های مهم:

- داروها را طبق دستور پزشک معالج مصرف کنید.
- قرص های جویدنی را کامل بجوید.
- قبل از مصرف شربت های آنتی اسید آنها را به خوبی تکان دهید.
- بهترین کار برای پیشگیری از بروز خونریزی گوارشی انجام ورزش منظم، داشتن تغذیه مناسب و آرامش روانی است.
- از مصرف الکل و سیگار بپرهیزید.
- داروهای تجویز شده را طبق دستور مصرف نمایید.
- از مصرف غذاهایی با دمای بالا و مصرف غذاهایی که در گذشته تحمل نشده است اجتناب نمایید.
- وزن خود را در محدوده نرمال حفظ کنید.
- وعده های غذایی را به طور منظم و در محیط آرام میل نمایید.

تهیه کننده: کارگروه آموزش سلامت

بیمارستان رازی

IIW-Pa-21- 03