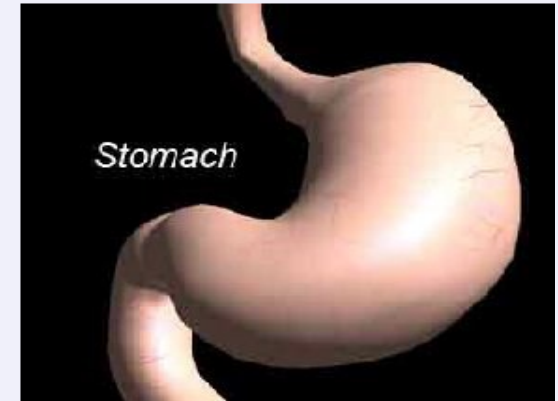


التهاب مخاط معده را گاستریت می نامند که یک مشکل شایع گوارشی است. ممکن است حاد یا مزمن بوده و یا دارای دوره های عودکننده باشد.



عوامل بروز 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
- آشامیدن نوشیدنی های داغ

1

عوامل خطر

خطر بروز کم آبی به دلیل مصرف ناکافی مایع و از دست دادن 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 نشانه های بیماری

در نوع حاد:

درد شکم، سردرد، بیحالی، تهوع، بی اشتها، استفراغ، سکسکه

در نوع مزمن:

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

2

راه های تشخیص:

۱. آندوسکوپی
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 بپرهیزید.

3

در مورد التهاب مخاط معده
(گاستریت) چه می دانید؟

تلفن های بیمارستان:

• ۵۲۸۸۸۲۸۲

تلفن های گویای بیمارستان (نوبت دهی):

• ۶۷۳۹۵۰۶۰

پیامک بیمارستان

• ۳۰۰۰۲۴۰

وب سایت:

razihospital.tums.ac.ir

ایمیل: razihospital@sina.tums.ac.ir

تهیه کننده: کارگروه آموزش سلامت

بیمارستان رازی

IIW-PA-28-02

اگر گاستریت شما از نوع عفونی است، تنهاروش
درمان عفونت، آنتی بیوتیک درمانی است.

در گاستریت هیچ دلیلی برای حذف کامل یک
ماده ی غذایی وجود ندارد. مگر آنکه باعث درد
یا ناراحتی معده شود. بنابراین لازم است. رژیم
شما برحسب شرایط فردی تنظیم شود.

کشیدن سیگار میتواند بر درمان گاستریت تاثیر
سوء داشته باشد.

در صورت وجود کم خونی پیگیری درمان، لازم
است.

از خوردن وعده ی غذایی پر حجم

و نفاخ پیش از خواب پرهیز کنید.

رعایت رژیم غذایی جزء
اصلی ترین اصول درمان
گاستریت است.

اصول رژیم غذایی:

- از خوردن سریع مواد غذایی پرهیز کنید.
- از خوردن وعدهای 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.