



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی استان گیلان
بیمارستان کوثر آسانه اشرفیه

خودمراقبتی در خونریزی

گوارشی

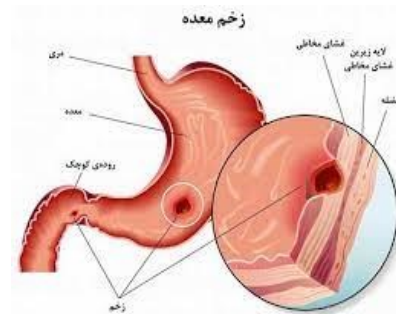


واحد آموزش به بیمار

بیمارستان کوثر

در صورت مشاهده موارد زیر به پزشک مراجعه گردد:

- ۱) دهان تشنه و خشک (۲) رخوت یا التهاب
- انتهای اندام ها (نوک انگشتان...)
- ۳) کاهش وزن (۴) بیوستی که با تغییر رژیم غذایی یا رژیم پرفیبر برطرف نشود
- ۵) اسهالی بیشتر از ۲۴ ساعت طول بکشد یا حاوی خون باشد.



منبع:

سوزان سی، اسملترز- براندجی. بیز- جانیس
ال. هیقل- کری ا. ج. جیویر- پرستاری داخلی و
جراحی برونر و سودارث (جلد ۶)- ژاله
محمدعلیها و صدیقه عاصمی- نشر سالمی- ۱۴۰۰

نحوه مراقبت از خود در منزل و پیامدهای احتمالی ناشی از درمان خود:

داروها طبق دستور پزشک معالج مصرف گردد. قرص های جویدنی کاملا جویده شود. قبل از مصرف آنتی اسید آن ها را به خوبی تکان دهید- از سرفه کردن. عطسه کردن. بلند کردن اجسام سنگین و فشار در هنگام دفع مدفوع و استفراغ پرهیز گردد. از مصرف داروهای نظیر آسپرین داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی نظیر ایبوپروفن، ناپروکسن ، دیکلوفناک. پیروکسیکام. مفنامیک اسید پرهیز گردد.

از انجام فعالیت های سنگین و قدرتی تا زمانی که کم خونی جبران نشده است خودداری گردد
زمان و مکان پیگیری ها و مراجعات بعدی:

در صورت انجام آندوسکوپی یا کلونوسکوپی پیگیری جواب نمونه
مراجعه به پزشک در زمان اعلام شده و پیگیری درمان.

به نام خدا

ماهیت بیماری، علت آن، عوارض و علائم

هشدار بیماری

در اثر صدمه و آسیب موضعی ایجاد میشود که سبب زخم مخاط دستگاه گوارش شده که دو دسته می باشند: خونریزی فوقانی گوارشی و خونریزی تحتانی گوارشی

علائم: استفراغ خون روشن یا موادی با زمینه ی قهوه ای (خونریزی فوقانی). مدفوع قیری و بدبو (ملنا). وجود خون قرمز روشن در مدفوع (خونریزی تحتانی). خونریزی مخفی گوارشی که در آزمایش مدفوع تشخیص داده می شود. علائم کم خونی شامل خستگی زودرس. سیاهی رفتن چشم. درد قفسه سینه و یا تنگی نفس. افت فشار خون در برخی از موارد شوک به دلیل از دست دادن شدید خون (بیش از یک لیتر در ۲۴ ساعت)

علل شایع خونریزی گوارش:

زخم معده و دوازده- واریس گوارش- آسیب مخاط معده واثنی عشر- بیماری های التهابی مری و بدخیمی ها- مصرف داروهای نظیر آسپرین و داروهای ضدالتهاب غیر استروئیدی (ایبوپروفن. ناپروکسن. دیکلوفناک. پیروکسیکا م. مفنامیک اسید)

نحوه صحیح مصرف دارو و مراقبت های

مورد نیاز در مورد مصرف داروهای خود:

درمان دارویی شامل داروهای آنتی اسید وپنتوپرازول. امپرازول و اسومپرازول و... می باشد.

شربت های آنتی اسید قبل از مصرف به خوبی

تکان داده شود-- داروهای امپرازول

پنتوپرازول و... قبل از غذا مصرف گردد.

رژیم غذایی مختص بیماری:

(۱) از مصرف غذاهای آماده یا فست فود

اجتناب گردد.

(۲) مصرف میان وعده های ناسالم همچون

چیپس و پفک. غذاهای تند. شور و پرادویه را

(۳) از مصرف چای فراوان و پررنگ

پرهیزید و غذای چرب نخورید.

(۴) سعی کنید مقدار وعده های غذایی

را افزایش و حجم آن را کاهش دهید.

(۵) از خوردن سس گوجه فرنگی و

ترشی اجتناب کنید. (۶) عدم مصرف

سیگار و ترک الکل (۷) از مصرف

نوشابه های گازدار. شکلات. تنقلات و

غذاهای چاشنی دار

پرهیز کنید. (۸) در صورتی که علائم

برگشت اسید معده به داخل مری

(سوزش سردل) یا بازگشت غذا از

معده به مری دارند لازم است از دراز

کشیدن بلافاصله پس از غذا خوردن

خودداری گردد و حتی الامکان بالاتنه

را در هنگام خواب در موقعیت بالاتراز

پایین تنه قرار دهند

