

درمان :

درمان گاستریت بستگی به عامل خاص بروز آن دارد. انتخاب نوع روش درمان این بیماری با در نظر گرفتن سن ، سلامت عمومی بدن ، تاریخچه پزشکی ، گسترش بیماری ، طاقت بدن در برابر داروها و روش های درمانی ویژه و در نهایت انتخاب و ترجیح خود بیمار صورت می گیرد.

اهداف درمان :

- رفع علائم و حذف ماده ای که باعث آزردهی معده می شود.
- درمان مناسب و رایج انواع خفیف گاستریت شامل ضد اسید های خوراکی و تزریقی و داروهای مانند سوکرافیت و یا میزوپروستول (محافظ پوشش معده) نیز شاید مفید باشد.

مواردی که باید پزشک رامطلع کنید :

- با درمان مناسب اکثر زخم ها بدون مشکل ترمیم می شوند اما اگر شما متوجه هر کدام از موارد ذیل شدید به پزشک خود اطلاع دهید :
- استفراغ مکرر یا استفراغ خونی
 - مدفوع قیری رنگ ، تیره یا خونی
 - درد ناگهانی و شدید
 - کاهش مداوم وزن
 - تداوم درد بعد از خوردن دارو هایتان

پیشگیری :

همیشه نمی توان مانع بروز عفونت ناشی از هلیکوباکتر پیلوری شد.

راه های پیشگیری زیر توصیه شده است :

- ۱- رعایت حد تعادل در خوردن و آشامیدن به صورت خوردن غذا به صورت منظم و حجم کم در هر وعده و افزایش تعداد وعده ها .
- ۲- عدم مصرف مواد غذایی تحریک کننده معده از جمله غذاهای ادویه دار ، مواد خوراکی اسیدی ، غذاهای سرخ کرده و یا پرچرب .
- ۳- عدم استفاده از مشروبات الکلی (باعث تحریک و ساییده شدن دیوار معده می شود).
- ۴- عدم استعمال سیگار (افزایش اسید معده)
- ۵- عدم استفاده از داروهای آسپیرین ، ایبو پروفن و ...
- ۶- شیر و فراورده های آن را همراه غذا مصرف کنید چون مصرف آن مابین وعده های غذایی به دلیل دارا بودن پروتئین و کلسیم سبب تحریک ترشح اسید و افزایش اسید معده می شود.
- ۷- روش های غیر دارویی ضد درد مثل تمرینات آرام سازی ، محیط آرام ، فعالیت های تفریحی مانند تماشای تلویزیون و مطالعه و صحبت را فراهم آورید.

چگونگی بررسی و معاینه :

شامل پرسش تاریخچه و سابقه خانوادگی مثبت از لحاظ زخم توسط پزشک (زیرا زخم ها تمایل دارند به صورت خانوادگی بروز کنند.) و همچنین سوال در مورد مصرف مسکن ، استعمال دخانیات و مصرف مشروبات الکلی می باشد.

برخی از آزمایشات خاص می تواند وجود زخم را تایید کند :

- عکس ویژه با استفاده از باریوم که به تعیین محل زخم کمک می کند
- معاینه با استفاده از آندوسکوپ با یک لوله طویل که از طریق دهان به معده وارد می شود و امکان مشاهده نزدیک را به پزشک می دهد.
- تعدادی آزمایشات خونی و تنفسی نیز نشان دهنده زخم هلیکو باکترپیلوری (میکروب عامل زخم معده) می باشد.



دانشگاه علوم پزشکی و
خدمات بهداشتی درمانی استان اردبیل

بیمارستان امام خمینی (ره) پارس آباد

گاستریت



تهیه کننده: حمیرا ساده دل منیره برزگری (کارشناس پرستاری)

بازبینی: دی ماه ۱۴۰۰/ واحد آموزش سلامت

تایید کننده: دکتر صادق جعفرپور (متخصص طب اورژانس)

فشار خون بالا عبارتست از افزایش فشار وارده از جریان خون به دیوار رگ‌های خونی.

فشار خون بالا گاهی کشنده بی سروصدا نامیده می‌شود زیرا تا مراحل انتهایی اکثراً هیچ علامتی ندارد.

توجه داشته باشید که فشار خون به‌طور طبیعی در اثر استرس و فعالیت بدنی بالا می‌رود، اما فردی که دچار بیماری فشار خون بالاست، به هنگام استراحت نیز فشارخونش بالاتر از حد طبیعی است.

رژیم‌های نادرست غذایی، مصرف زیاد غذاهای چرب و پر نمک، بی‌حرکی و زندگی ماشینی از جمله عوامل مستعد کننده برای ابتلا به بیماری پر فشاری خون است.

در بیشتر بزرگسالان وقتی شماره بالایی فشار خون ۱۴۰ یا بیشتر و شماره پایین فشار خون ۹۰ یا بیشتر باشد می‌گوییم فرد فشار خون بالا دارد.

اگر یکبار فشار خون شما بالا باشد نمی‌توان گفت که به فشار خون بالا مبتلا هستید، ابتلا به فشار خون بالا زمانی تأیید می‌شود که در چندین ویزیت فشار خون شمار بالا باشد.

عوامل مستعد کننده:

* سن بالای ۶۰ سال

* چاقی و اضافه وزن

* سیگار کشیدن

* مصرف الکل

* رژیم غذایی حاوی نمک یا چربی اشباع‌شده زیاد و عدم

مصرف میوه و سبزی

* کم تحرکی و نداشتن فعالیت بدنی کافی

* استرس

* عوامل ژنتیکی: اگر یکی از والدین یا هر دو دچار فشار خون بالا باشند خطر ابتلای فرد به فشار خون بیشتر است.

* مصرف قرص‌های ضد حاملگی، استروئیدها و بعضی از

انواع داروهای مهارکننده اشتها یا دکونژستانت‌ها.

علائم:

۱۵ درصد افراد از افزایش فشار خون خود خبر ندارند. در مواردی که فشار خون خیلی بالا می‌رود، سردرد و گاهی نیز تنگی نفس و خونریزی از بینی رخ می‌دهد. با وجود این تنها راه تشخیص فشار خون بالا اندازه‌گیری میزان آن است.

علائم سردرد و سرگیجه، خواب‌آلودگی، گیجی، کرختی و مورمور شدن در دست‌ها و پاها، سرفه خونی، خونریزی از بینی و تنگی نفس شدید از علائم بالا رفتن فشار خون بطور بحرانی هستند.

