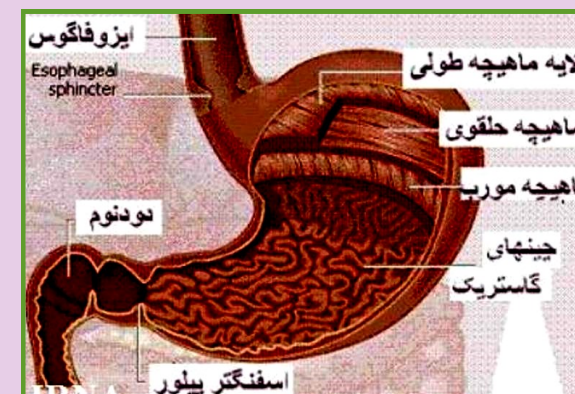


گاستریت چیست؟

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



عوامل بروز دهنده بیماری:

- ۱- مصرف غذاهای محرک یا آلوده ، مانند غذاهای بسیار تند و پر ادویه .
- ۲- مصرف بیش از حد قرص آسپرین
- ۳- مصرف زیاد الکل و دخانیات
- ۴- خوردن آشامیدنی های داغ

موارد خطر در صورت تاخیر در درمان :

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 به وجود آید.

علائم و نشانه های بیماری :

در نوع حاد :

درد شکم ، سردرد ، بی حالی ، بی اشتها ، استفراغ ، سسکه.

در نوع مزمن:

سوزش سر دل بعد از خوردن غذا ، احساس طعم ترشی در دهان ، تهوع ، استفراغ ، آروغ زدن .

راه های تشخیص :

- آندوسکوپی
- عکسبرداری قسمت فوقانی گوارش

درمان :

- به پزشک جهت انتخاب مناسب ترین راه درمان مراجعه نمایید.
- داروهای تجویز شده را به موقع و بطور صحیح مصرف نمایید.
- کشیدن سیگار و مصرف الکل باید قطع شود.
- از اضطراب و استرس بپرهیزید.

رژیم غذایی :

- رعایت رژیم غذایی جزء اصلی درمان گاستریت است .
- از خوردن غذاهای محرک اجتناب کنید .
- از خوردن وعده غذایی پر حجم و نفاخ پیش از خواب خودداری نمایید.
- از آشامیدن نوشیدنی های حاوی کافئین (قهوه ، نوشابه های کولا دار و ...) خود داری کنید.
- روزانه حداقل ۶ تا ۸ لیوان آب بنوشید .
- استراحت کافی داشته باشید.



بیمارستان فرمانیه

دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

گاستریت



تاریخ تدوین : بهار ۹۰

تاریخ بازنگری : ۱۴۰۰

تاریخ بازنگری بعدی : ۱۴۰۳

Code : FH-Pam:9-47

جای زردی سلامتی و کیفیت

چند تذکر مهم :

- اگر گاستریت شما از نوع عفونی است ، آنتی بیوتیک های تجویز شده را بطور کامل مصرف کنید.
- در گاستریت هیچ دلیلی برای حذف کامل یک ماده غذایی وجود ندارد مگر آن که باعث درد یا ناراحتی معده شود . بنابر این لازم است رژیم شما بر حسب شرایط فردی تنظیم شود .
- کشیدن سیگار می تواند بر در مان گاستریت تاثیر سوء داشته باشد .
- در صورت وجود کم خونی پیگیری در مان لازم است .