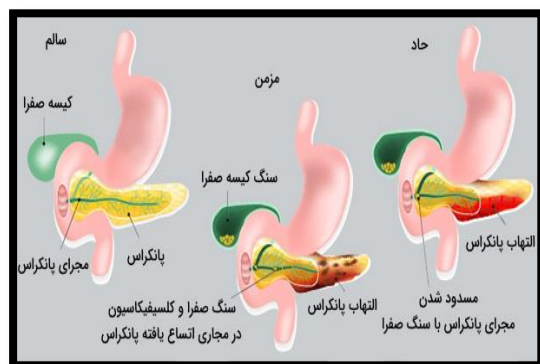


موضوع: **پانکراتیت**



تهیه و تنظیم:

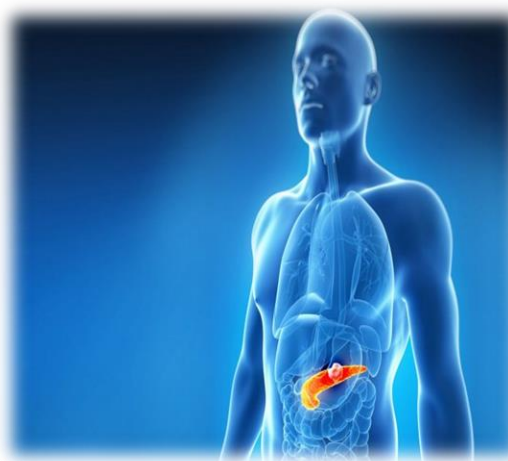
واحد آموزش سلامت

مرکز آموزشی درمانی بو علی سینا

تابستان ۱۴۰۳

اگر دارای علائم پانکراتیت حاد باشید در صورت بروز علائم زیر هرچه سریع تر به نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه کنید:

- ✓ یرقان یا زردی پوست و چشمها
- ✓ تب بالای ۳۸ درجه سانتیگراد
- ✓ کاهش وزن مداوم
- ✓ علائم کمبود کلسیم نظیر انقباضات عضلانی یا تشنج
- ✓ درد شدید شکمی طول کشیده
- ✓ درد همراه با تهوع شدید یا استفراغ



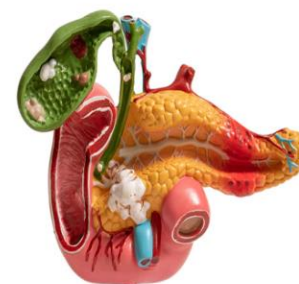
مواد و ترکیبات موجود در روغن زیتون تازه و ماهی به بهبود علائم پانکراتیت یا التهاب لوزالمعده کمک می کند

با برطرف شدن علائم بیماری می توانید با نظر پزشک معالج فعالیت طبیعی خود را به تدریج از سر بگیرید. در پانکراتیت مزمن محدودیتی از نظر فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری وجود ندارد.

وضعیت نشسته در حالی که تنه خم شده یا وضعیت خوابیده به پهلو در حالی که زانوها به سمت شکم شده اند، جهت کاهش درد مناسب است.

داروها را طبق نظر پزشک و در فواصل منظم مصرف کنید و از قطع دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید.

از مصرف غذاهای سنگین و پر حجم خصوصا در زمان شب خودداری کنید.



پانکراس

لوزالمعده در قسمت بالایی شکم پشت معده قرار دارد که هورمون ها و آنزیم های گوارشی تولید می کند و باعث هضم غذا می شود. در پانکراتیت حاد آنزیم هایی که توسط لوزالمعده تولید میشود شروع به تخریب خود لوزالمعده میکند. پانکراتیت مزمن معمولاً در پی حملات مکرر پانکراتیت حاد رخ میدهد.

علل پانکراتیت حاد: مصرف الکل، ضربه به شکم یا جراحی، عفونتهای ویروسی، مشکلات متابولیک مانند افزایش کار غده پاراتیروئید، در بیماران بعد از پیوند کلیه، افزایش دمای بدن، افزایش قند خون و چربی خون، داروها، بیماریهای کیسه صفرا، سنگ های مجاری صفراوی

علائم شایع :

پانکراتیت حاد شدید: درد شکمی شدید، استفراغ، تورم و نفخ شکم، تب، درد عضلانی، افت فشار خون

پانکراتیت مزمن: درد پایدار خفیف تا شدید اغلب پس از غذا در قسمت فوقانی شکم که گاهی به پشت یا سراسر شکم انتشار دارد. این درد ممکن است حالت مبهم، سوزشی، مالشی یا خنجری داشته باشد. دوره های درد ممکن است روزها یا هفته ها به طول بینجامد ولی به ندرت کمتر از یک روز ادامه دارد.

درمان :

بررسی های تشخیصی ممکن است شامل آزمایش های خون و ادرار، رادیوگرافی شکم، سی تی اسکن یا سونوگرافی لوزالمعده و آندوسکوپی باشد. در پانکراتیت حاد معمولاً بستری کردن بیمار برای تجویز مایعات وریدی، کنترل درد و استفراغ و اصلاح اختلالات متابولیسمی (جبران کمبود کلسیم و منیزیم) لازم است. جراحی ممکن است در موارد وجود سنگ های صفراوی، زخم معده سوارخ شده یا تخلیه منبع عفونت لازم باشد.

وقتی علایم حاد فروکش کرد. ۳-۶ روز بعد مایعات و غذا از راه دهان دوباره شروع می شود. تغذیه بیمار با مایعات اندک شروع میشود و سپس با رژیم کم چرب ادامه می یابد. وقتی تغذیه دوباره شروع شد در صورت وجود درد، تهوع و استفراغ که تمامی آنها دلالت به تداوم التهاب دادند حتماً به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید پس از ترخیص از بیمارستان از مصرف الکل و سایر محرکهای معده نظیر کافئین اجتناب کرده و رژیم کم چرب و نرم با دفعات متعدد و حجم کم مصرف نمایید.

عوارض :

فردی که به پانکراتیت مبتلا میشود به دنبال آن ممکن است عوارض زیر در فرد بروز نماید :

- ✓ دیابت شیرین
- ✓ کمبود مزمن کلسیم
- ✓ عفونت ثانویه باکتریایی لوزالمعده
- ✓ خونریزی شدید و تخریب لوزالمعده
- ✓ تشکیل کیست یا آبسه در لوزالمعده

آموزش مراقبت در منزل :

از غذاهای زود هضم و کم چرب استفاده شود. غذاهای دیر هضم شامل (سوسیس، کالباس و غذاهای فرآوری شده) می باشد
از وعده های غذایی کم حجم در دفعات بیشتر استفاده شود
مصرف الکل و سیگار قطع شود .
از مصرف مواد محرک کافئین دار مانند چای و قهوه خودداری کنید.
جهت جلوگیری از یبوست از مواد غذایی پرفیبر مانند سبزی، میوه و مایعات فراوان استفاده کنید