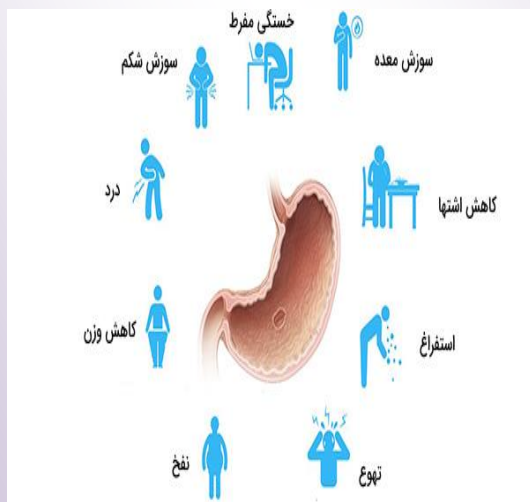


- افزایش بزاق دهان: بیشتر با ریفلاکس معده مرتبط است.
- درد: اغلب به حالت تیر کشیدن و سوختن گزارش می‌شود.
- احساس پری در معده
- نفخ در معده و آروغ زدن
- تهوع
- استفراغ: در صورت خونریزی زخم معده ممکن است استفراغ خونی باشد.
- کاهش اشتها
- کاهش وزن
- ملنا: مدفوع تیره با بوی بد به دلیل وجود آهن اکسید شده



زخم معده (اولسر پتیک):

در بیماری زخم معده یا «زخم پتیک»، در دیواره داخلی معده، قسمت ابتدایی روده کوچک یا گاهی انتهای مری یک زخم ایجاد می‌شود. پتیک اولسر معمولاً درد زیادی دارد و تشخیص زودهنگام آن برای موفقیت در درمان و پیشگیری از عوارض شدید آن نقش مهمی دارد.

انواع زخم معده:

زخم‌های معده را می‌توان با توجه به محل قرارگیری و سایر عوامل طبقه‌بندی کرد. زخم معده بر اساس محل ایجاد شامل انواع زیر است:

- زخم اثنی عشر
- زخم مری
- زخم معده

دیورتیکول مکل (زخم دیورتیکول مکل که به لمس بسیار حساس است).

علائم زخم معده:

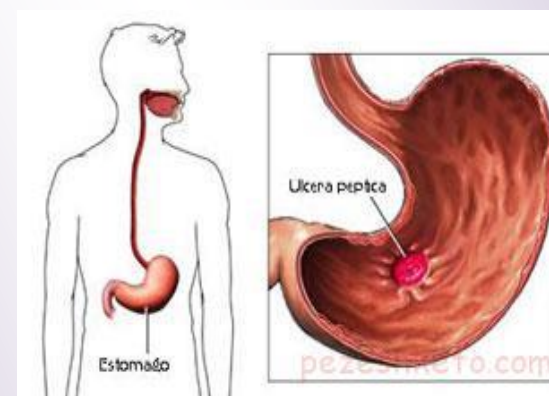
اگرچه حدود یک سوم مبتلایان هیچ علامتی ندارند اما به طور کلی نشانه‌های شایع زخم معده یک یا چند مورد از علائم زیر است:

- درد معده: به طور کلاسیک درد اپی گاستریک، به شدت با زمان صرف غذا ارتباط دارد. در صورتی که در زخم اثنی عشر، درد حدود سه ساعت پس از مصرف غذا ظاهر می‌شود و فرد را از خواب بیدار می‌کند.



مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی آیت ا... طالقانی

زخم معده (پتیک اولسر)



تهیه کننده:

بخش گوارش و واحد آموزش سلامت

شماره سند: PF-GI-10

نوبت بازنگری: دوم

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۱/۰۳/۰۱

علت ابتلا به زخم معده :

زخم معده معمولا مولتی فاکتوریال است یعنی چند عامل که عبارت هستند از عفونت با هلیکوباکترپیلوری، داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی، استرس و رژیم غذایی در مستعد شدن معده برای زخم و پیشرفت بیماری نقش ایفا می‌کنند. زخم معده عامل‌های ایجادکننده، تشدید کننده یا مستعد کننده فراوانی دارد. به طور مثال به برخی از موارد اشاره می‌کنیم:

- ایسکمی معده
 - داروها
 - اختلالات متابولیکی
 - سیتومگالوویروس (CMV)
 - رادیوتراپی فوقانی شکم
 - بیماری کرون
 - واسکولیت
 - گاسترینوما (سندرم زولینگر – الیسون)
 - تومورهای نادر ترشح کننده گاسترین
- نیز باعث ایجاد زخم‌های متعدد اما قابل بهبود می‌شوند.

زخم معده چگونه تشخیص داده می‌شود؟

تشخیص و درمان زخم معده به علائم و شدت زخم بستگی دارد. برای تشخیص این بیماری پزشک معمولا سابقه پزشکی بیمار را به همراه علائم و سایر داروهای تجویز شده یا بدون نسخه بررسی می‌کند.

برای رد عفونت هلیکوباکترپیلوری، ممکن است آزمایش خون، مدفوع یا آزمایش تنفس انجام شود. در آزمایش تنفس، باید مقداری مایع شفاف بنوشید و در کیسه ای بازدم کنید. اگر هلیکوباکتر پیلوری وجود داشته باشد، نمونه تنفس حاوی مقادیر بالاتر از حد نرمال دی اکسید کربن خواهد بود.

آزمایش‌ها و روش‌های دیگری که برای تشخیص زخم معده وجود دارد، شامل موارد زیر است:

- بلع باریم: مقداری مایع سفید غلیظ (باریم) می نوشید که دستگاه گوارش فوقانی شما را می پوشاند و به پزشک کمک می کند معده و روده باریک را در عکس اشعه ایکس ببیند.
- آندوسکوپی (EGD) : یک لوله نازک و سبک از طریق دهان وارد معده و قسمت اول روده باریک می شود. این آزمایش برای یافتن زخم، خونریزی و هر بافت غیر طبیعی مورد استفاده قرار می گیرد.
- بیوپسی آندوسکوپی: یک قطعه از بافت معده برداشته می شود تا بتوان آن را در آزمایشگاه تجزیه و تحلیل کرد.

غذاهای مفید برای زخم معده

از آنجایی که یکی از دلایل اصلی ابتلا به زخم معده، وجود مقادیر بالای هلیکوباکتر پیلوری است، مصرف برخی غذاها می‌تواند به کاهش تکثیر این باکتری کمک کند و همچنین منجر به کاهش عوارض ناشی از زخم گوارشی شود.

پروبیوتیک‌ها: پروبیوتیک‌ها به رشد و تکثیر باکتری‌های مفید سیستم گوارش کمک می‌کنند. با جایگزینی این باکتری‌ها، میکروب‌های بیماری‌زای ایجاد کننده زخم معده مانند هلیکوباکتر به صورت رقابتی کاهش پیدا می‌کنند و سیستم ایمنی بدن تقویت می‌شود و زخم سریعتر بهبود می‌یابد. ماست، کفیر و دوغ سرشار از پروبیوتیک هستند و علاوه بر آن‌ها می‌توان از مکمل‌های حاوی پروبیوتیک نیز استفاده کرد.

فیبر: سیب، گلابی، بلغور، سبزیجات، جو دوسر و سایر غذاهای سرشار از فیبر، ضمن کاهش نفخ و درد، میزان اسید را در معده کاهش می‌دهند. تحقیقات نشان داده‌اند که رژیم غذایی غنی از فیبر به جلوگیری از گسترش زخم نیز کمک می‌کند.

لفل دلمه‌ای قرمز: سرشار از ویتامین C است که به روش‌های مختلف از سیستم گوارش غذا در برابر زخم معده محافظت می‌کند. ویتامین C نقش مهمی در ترمیم زخم و افزایش قدرت سیستم ایمنی برای مبارزه با میکروب‌ها دارد.

غذاهای پروتئینی و کم چرب: مرغ بدون پوست، گوشت بوقلمون، گوشت گاو بدون چربی و تخم مرغ منابع عالی پروتئین با مقادیر چربی کم هستند که هضم راحت‌تری دارند. ماهی به دلیل وجود امگا ۳ فراوان، التهاب را کاهش می‌دهد که برای بهبود زخم و درد مفید است.