

کولیت اولسروز :

کولیت السروز (کولیت زخمی) نوعی بیماری التهابی روده است که روده‌ها و به خصوص روده بزرگ شامل کولون و راست‌روده (رکتوم) را درگیر می‌کند. علت اصلی و دقیق این بیماری مشخص نمی‌باشد اما به نظر می‌رسد باکتری و ویروس‌های ناشناخته‌ای باعث بروز آن می‌شود. همچنین استرس و زندگی در محیط شهری باعث تشدید این بیماری می‌گردد. این بیماری مزمن بوده ولی قابل کنترل می‌باشد و بیمار می‌تواند در بین دوره‌های عود بیماری زندگی سالمی داشته باشد.

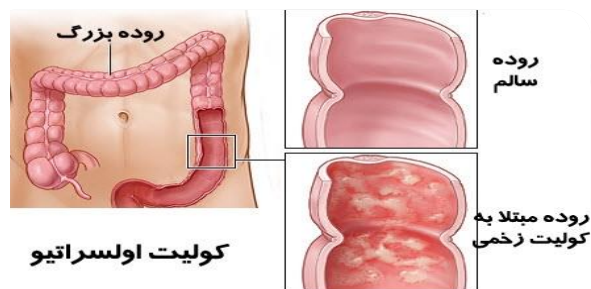
علائم و نشانه‌ها :

- ✿ اجابت مزاج مکرر به صورت دفع مدفوع شل
- ✿ دفع خون و چرک در مدفوع
- ✿ خونریزی از مقعد
- ✿ احساس دفع ناقص و باقی ماندن مدفوع در شکم
- ✿ احساس فوریت برای دفع
- ✿ دردهای شدید شکمی همزمان با حرکات روده
- ✿ درد در مفاصل‌ها



تشخیص بیماری به روش‌های زیر صورت می‌گیرد :

- ❖ معاینه مقعدی
 - ❖ معاینه کامل شکم
 - ❖ معاینه مفاصل
 - ❖ آزمایش خون، مدفوع و تصویربرداریهای پزشکی مانند رادیوگرافی با ماده حاجب
 - ❖ کولونوسکوپی و سیگموئیدسکوپی:
- در این روش پزشک می‌تواند بررسی مستقیمی بر روی روده بزرگ و یا راست روده انجام دهد. این کار از طریق لوله نازک و قابل انعطافی که دارای دوربین می‌باشد و از طریق مقعد وارد می‌شود، انجام می‌گیرد. همچنین ممکن است از طریق مقعد مقدار کمی هوا به داخل روده پمپ شود. این کار به گشاد شدن راست روده و یا روده کمک کرده و موجب ارائه تصویر بهتر می‌شود. در هنگام کولونوسکوپی یا سیگموئیدسکوپی ممکن است پزشک یک تکه کوچک از جدار روده را برای بررسی بیشتر آزمایشگاهی بردارد که به این عمل بافت‌برداری یا بیوپسی می‌گویند.



درمان :

چون این بیماری مزمن می‌باشد و علاج قطعی ندارد، به همین علت بیماران باید تحت نظارت مداوم پزشک قرار گیرند تا از بدتر شدن شرایط بیماری جلوگیری گردد. داروهایی که برای این بیماری تجویز می‌شود کمک می‌کند که بیمار بتواند مانند افراد سالم زندگی کند. مقدار مصرف دارو باید با مراجعه مکرر به پزشک تنظیم شود و در صورت بروز عوارض جانبی داروها ممکن است لازم باشد که داروها تغییر کند. مصرف کامل و به موقع داروها منجر به بازیافت سلامتی شده و از عوارض بعدی جلوگیری می‌کند.



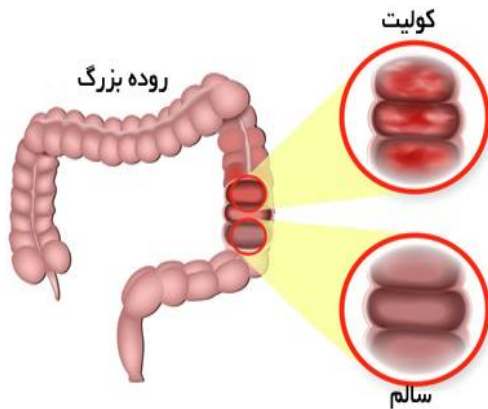


مرکز آموزشی و درمانی امیرالمؤمنین (ع)

مراغه

موضوع:

کولیت اولسروز



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش

بهار ۱۴۰۱

- ❖ برای جلوگیری از صدمه پوست بعد از هر بار دفع مدفوع از ناحیه دور مقعد مراقبت نموده و در صورت وجود قرمزی به پزشک مراجعه کنید.
- ❖ در صورت بروز نشانه‌هایی مانند خونریزی از مقعد، افزایش یکباره درد شکمی، سفتی شکم، استفراغ، کاهش فشار خون، داشتن تب، افزایش ضربان قلب و احساس کم آبی بدن سریعاً به پزشک معالج مراجعه نمایید.
- ❖ در طول دوره تشدید بیماری رژیم غذایی نرم و کم باقیمانده (کم تفاله) همراه با مصرف مواد غذایی پرکالری، پر پروتئین و پر ویتامین مانند برنج سفید، ماکارونی ساده، هلو یا گلابی پوست کنده شده، سیب زمینی پخته، ماهی آب‌پز، پوره سیب زمینی، گوشت مرغ بدون پوست و نان جو را رعایت کنید.
- ❖ سعی کنید روزانه حداقل هشت لیوان آب مصرف نمایید.



چند توصیه برای کمک به کنترل و بهبود بیماری:

- ❖ ابتدا مشخص نمایید که آیا رابطه‌ای بین بروز اسهال در شما و مصرف غذاهای خاص یا انجام فعالیت و یا فشارهای روانی وجود دارد یا نه و اگر جواب بلی است سعی کنید:

الف) از غذاهایی که موجب اسهال می‌شوند مانند نوشیدنیهای گازدار، غذاهای دارای فیبر زیاد و نفخ آور مانند کلم، لوبیا و نخود و مواد غذایی چون غذاهای پرچرب، شیر، محصولات لبنی و گوشت قرمز که هضم آنها دشوار است پرهیز کنید.

ب) استراحت کافی داشته و از فعالیت‌هایی که موجب اضطراب و ناراحتی و در نتیجه بروز اسهال می‌شود پرهیز کرده و بدین وسیله به کاهش دفعات تشدید بیماری کمک نمایید. پس سعی کنید:

- ✓ دوره‌های متناوب استراحت در روز را داشته باشید و فعالیت‌ها را طوری برنامه‌ریزی کنید یا کاهش دهید تا انرژی لازم بدن شما حفظ گردد.
- ✓ از فعالیت‌هایی که بر روی عضلات قسمت تحتانی شکم فشار وارد می‌آورند اجتناب کنید.
- ✓ اگر تب داشته، دفع مدفوع متناوب و یا خونریزی دارید لازم است در بستر استراحت و فقط دستها و پاها را در بستر حرکت و تمرین دهید.