

در نوع مزمن:

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

راه‌های تشخیص

۱. آندوسکوپی.
۲. عکسبرداری قسمت فوقانی دستگاه گوارش.

درمان

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

۲. مصرف بیش از حد قرص آسپرین.

۳. مصرف زیاد الکل و دخانیات.

۴. خوردن آشامیدنی‌های داغ.

موارد خطر

✳️ خطر بروز کم‌آبی به دلیل مصرف ناکافی مایع و از دست دادن مایع از طریق استفراغ وجود دارد.

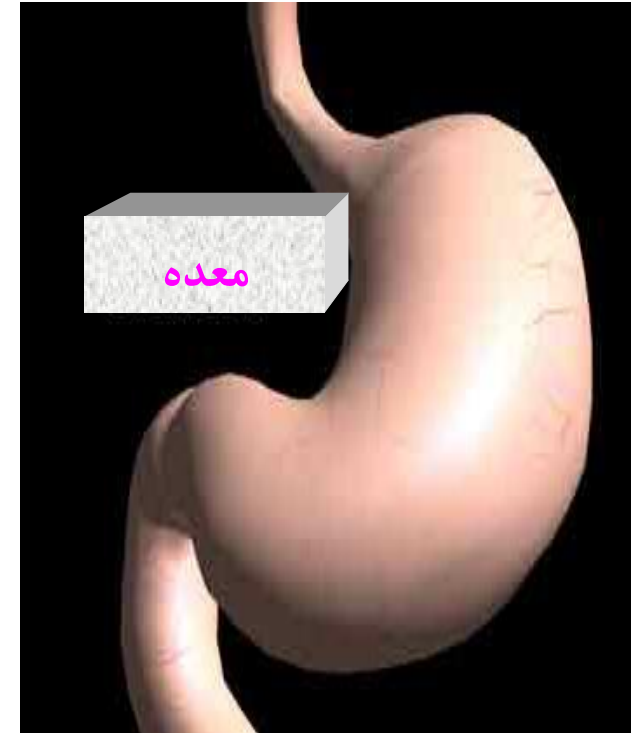
✳️ ممکن است عدم تعادل غذایی، کمتر از رفع نیاز بدن به دلیل دریافت ناکافی مواد غذایی بوجود آید.

علائم و نشانه‌های بیماری

در نوع حاد:

درد شکم، سردرد، بی‌حالی، تهوع، بی‌اشتهایی، استفراغ، سکسکه.

التهاب مخاط معده را گاستریت می‌نامند که یک مشکل شایع گوارشی است. ممکن است حاد یا مزمن بوده و یا دارای دوره‌های عودکننده باشد.



عوامل پروردهنده بیماری

۱. مصرف غذاهای آلوده و یا محرک مانند غذاهای بسیار تند و پرادویه.



چند تذکر مهم

۱. اگر گاستریت شما از نوع عفونی است، تنها روش درمان عفونت آنتی بیوتیک درمانی است.

۲. در گاستریت هیچ دلیلی برای حذف کامل یک ماده غذایی وجود ندارد. مگر آنکه باعث درد یا ناراحتی معده شود. بنابر این لازم است رژیم شما بر حسب شرایط فردی تنظیم شود.

۳. کشیدن سیگار می تواند بر درمان گاستریت تاثیر سوء داشته باشد.

۴. در صورت وجود کم خونی پیگیری درمان لازم است.

از خوردن وعده غذایی پر حجم و نفاخ پیش از خواب پرهیز کنید.

جایزوی سلامتی برای شما ملحقوی عزیز

رژیم غذایی

رعایت رژیم غذایی جزء اصلی درمان گاستریت است.

❖ از خوردن غذاهای محرک اجتناب کنید.

❖ از خوردن سریع مواد غذایی پرهیز کنید.

❖ از خوردن وعده غذایی پر حجم و نفاخ پیش

از خواب پرهیز کنید.

❖ از آشامیدن نوشیدنی های حاوی کافئین

خودداری کنید.

❖ روزانه حداقل ۶ تا ۸ لیوان آب بنوشید.

❖ استراحت کافی داشته باشید.

گاستریت چیست؟ گاستریت چیست؟

بمفصلت آموزشی مددجو