



دانشکده علوم پزشکی تربت جام

بیمارستان سجاده

آموزش به بیمار

پانکراتیت



میوه ، جهت جلوگیری از یبوست از مواد غذایی پرفیبر مانند سبزی و مایعات فراوان استفاده کنید

مواد و ترکیبات موجود در روغن زیتون تازه و ماهی به بهبود علائم پانکراتیت یا التهاب لوزالمعده کمک میکند. با برطرف شدن علائم بیماری می توانید با نظر پزشک 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 حالی که زانوها به سمت شکم شده اند جهت کاهش درد مناسب است. روشهای شل کنندگی نظیر تنفس عمیق و روش های خیال انگیز و پرت کننده حواس نظیر گوش دادن به موزیک، تماشای تلویزیون و خیاطی برای کاهش درد کمک کننده است. داروها را طبق نظر پزشک و در فواصل منظم مصرف کنید و از قطع دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید

در صورت داشتن هرگونه مشکل با شماره های زیر تماس بگیرید:

۰۵۱۵۲۵۲۱۸۱۱

صبح داخلی ۲۷۱ و عصر و شب داخلی ۲۵۷-۲۶۰

[HTTP://www.trjums.ac.ir](http://www.trjums.ac.ir)

منبع: برونر سوارث

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

- یرقان یا زردی پوست و چشمها
- کاهش وزن سریع

• آموزش به بیمار

- از غذاهای زود هضم و کم چرب استفاده شود. (غذاهای دیر هضم شامل سوسیس و کالباس می باشد)
- از وعدههای غذایی کم حجم در دفعات بیشتر استفاده شود.
- مصرف الکل و سیگار قطع شود.
- از مصرف مواد محرک مانند کافئین دار مانند چای و قهوه و... خودداری کنید.

واحد آموزش سلامت همگانی

SH:PEU-BK-156

1402-1403



پانکراس یا لوزالمعده غده ی بزرگی است که در قسمت بالای شکم، پشت معده قرار دارد. لوزالمعده، هورمون‌ها و آنزیم‌های گوارشی تولید می‌کند که باعث هضم غذا می‌شود. در پانکراتیت حاد آنزیم‌های که به طور معمول توسط لوزالمعده تولید شده و به مجرای گوارشی می‌ریزد، شروع به تخریب خود لوزالمعده می‌کند و غده ی لوزالمعده را دچار تورم و التهاب می‌کند

پانکراتیت مزمن معمولا در پی حملات مکرر پانکراتیت حاد بروز میکند، زیرا لوزالمعده در بین حملات کاملا بهبود نمی یابد. لوزالمعده در جریان این عارضه به تدریج توانایی خود در تولید آنزیمهای هضم کننده و هورمونهای لازم برای سلامت بدن را از دست میدهد.

علل

- ♦ از عللی که در بروز پانکراتیت دخالت دارند به موارد زیر میتوان اشاره نمود:
 - ♦ اعتیاد به الکل
 - ♦ بیماریهای کیسه صفرا یا مجاری صفراوی
 - ♦ انسداد مجرای لوزالمعده در اثر سنگ،
 - ♦ التهاب یا رشد آهسته سرطان آسیب و ضربه شکمی یا جراحی شکم
 - ♦ برخی عفونتها مانند اوریون و هپاتیت ویروسی
 - ♦ بالا بودن چربیهای خون
 - ♦ تومورها
- ♦ عوامل خطر
 - ♦ از عواملی که باعث افزایش خطر در فرد میشود به موارد زیر میتوان اشاره نمود:
 - ♦ تغذیه نامناسب و چاقی
 - ♦ سوءمصرف الکل

داروهای سرکوب کننده ایمنی و ، مصرف

داروهای مانند کلروتیازید و داروهای ایدز

علائم و نشانه ها

علائم پانکراتیت حاد شدید عبارتند از: شایع ترین علامت درد شکمی شدید در ناحیه بالای شکم است که شدت آن از قابل تحمل تا شدید متغیر است. درد معمولا در قسمت میانی تنه و زیر دندهها رخ میدهد. اما گاهی این درد در طرف راست یا چپ شکم نیز حس میشود. این درد، دردی دائمی با حالت سوراخ کننده یا سوزشی است. درد میتواند به پشت، پهلوها، قفسه سینه یا پایین شکم انتشار یابد. اغلب درد بسیار سریع و در طی حدود سی دقیقه به حداکثر شدت خود میرسد.

- تهوع و استفراغ
- تورم و نفخ شکم بی اشتهایی درد عضلانی ، در موارد شدید ممکن است تب، دشواری در تنفس،
- افت فشارخون ، ضعف و شوک رخ دهد