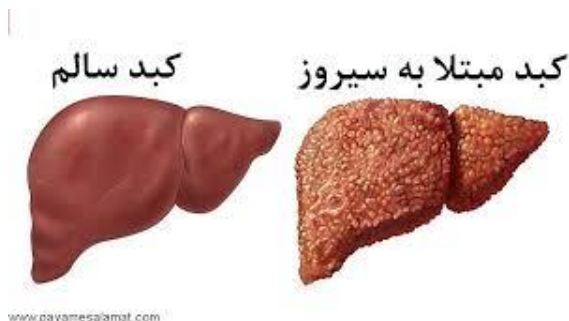




مرکز آموزشی درمانی حضرت ولی عصر (عج)

سیروز کبدی



واحد آموزش به بیمار

۱۴۰۳

- ✓ برای جبران کمبودهای ویتامینی توصیه میشود روزانه به طور معمول با تجویز پزشک مولتی ویتامین و کلسیم مصرف گردد.
- ✓ از خوردن غذاهای پر نمک پرهیز کنید.
- ✓ در صورت تجویز داروهای ادرار آور از مصرف میوه هایی مثل موز ، پرتقال، هلو به میزان زیاد اجتناب کنید.
- ✓ غذا را به مقدار کم و دفعات زیاد و در محیطی آرام و مطبوع صرف کنید.

- ✓ از صدمه، تزیریق عضلانی، زور زدن هنگام دفع مدفوع، عطسه، سرفه شدید، پاک کردن شدید بینی، استفاده از اشیاء تیز و برنده پرهیز کنید.
- ✓ داروهای تجویزی را مرتب مصرف کنید و سرخود مقدار داروی مصرفی را کم و زیاد نکنید.
- ✓ اصول بهداشتی جهت پیشگیری از بیماریهای عفونی را رعایت نمایید.
- ✓ در صورت بروز تب، تهوع و درد شکم، سیاه شدن مدفوع، سوزش ادرار سریعاً به پزشک مراجعه نمایید.
- ✓ به طور مرتب تحت نظر پزشک باشید.
- ✓ جهت کنترل خارش پوست ، محیط را سرد نگه داشته و از لباسهای نخی و گشاد استفاده کنید.

توصیه های غذایی :

- ✓ از سبزی ها ، میوه های تازه و فیبرهای غذایی استفاده کنید.
- ✓ از روغن های گیاهی مایع استفاده کنید.
- ✓ عمده غذای خود را از غذاهای نشاسته ای مانند برنج و گندم انتخاب کنید.
- ✓ بیشتر از گوشت سفید (مرغ و ماهی) استفاده کنید.
- ✓ مصرف روزانه پروتئین باید در حد معمول ۶۰ تا ۸۰ گرم باشد و در صورتیکه بیمار سابقه پیدایش اختلال ذهنی اخیر داشته باشد باید تا حد ۳۰ تا ۴۰ گرم کاهش یابد.
- ✓ از مصرف خوردنی های وانیل دار مثل بستنی و بیسکوئیت کارامل دار و بعضی تنقلات مثل آجیل ، بادام زمینی، گردو پرهیز شود.

سیروز کبدی:

سیروز کبدی یک بیماری مزمن پیشرونده است که با ایجاد تغییراتی در سلولهای کبدی و جایگزینی بافت فیبروز منتشر بجای بافت طبیعی کبد مشخص میشود و بدین ترتیب ساختمان و عملکرد کبد دچار اختلال می شود.

علل وعوامل ایجاد کننده:

- مصرف الکل
- هپاتیت ویروسی
- انسداد و التهاب سیستم صفراوی
- نارسایی احتقانی قلب
- سابقه مثبت خانوادگی
- سموم و ترکیبات صنعتی و شیمیایی...

تظاهرات بالینی:

کبد در ابتدا بزرگ و در آخر چروکیده، فیبروزه، ندولر و کوچک می شود. بی اشتها، تهوع، استفراغ، سوء هاضمه، یبوست، اسهال، هموروئید، هماتمز، تب، یرقان، خستگی، آسیت، ادم، عروق برجسته شکم، واریس، خارش، تغییرات ناخن، قرمزی کف دست، اختلالات قاعدگی، کم خونی

عوارض احتمالی:

خونریزی از واریسهای مری ، انسفالوپاتی کبدی، هیپرتانسیون پورت، اختلال عملکرد کلیه

تشخیص:

تستهای عملکرد کلیه ،تستهای خونی ، بیوپسی کبد، CT اسکن، MRI، ونوگرافی پورت.

درمان:

درمان سیروز، توقف و تاخیر روند پیشرفت و به حداقل رساندن تخریب سلولهای کبدی و کاهش عوارض جانبی است به طور مثال در بیماران سیروز الکلی میتواند از پیشرفت بیماری جلوگیری کند در صورتی که بیمار هپاتیت داشته باشد پزشک ممکن است در مواردی با دادن کورتون به طور محدود یا داروهای ضد ویروسی آسیب سلول کبدی را کاهش دهد دارو ممکن است بعضی علائم سیروتیک مانند خارش را رفع کرده یا کاهش دهد ادم و آسیت (احتباس مایع) را میتوان با کاهش مصرف نمک غذایی کم کرد داروهای مدر (ادرار آور) میتوانند مایعات اضافی بدن را کاهش دهند و از ایجاد ادم جلوگیری کنند.

تغییرات عملکرد ذهنی که در جریان سیروز ممکن است رخ دهد با رژیم غذایی و دارو تا حدودی قابل اصلاح می باشد به طور مثال کاهش مصرف پروتئین روزانه به همراه مصرف شربت مسهل مثل لاکتوز از جذب سریع سموم از روده جلوگیری می کند و به بهتر شدن وضعیت ذهنی کمک میکند.

مشکل عمده در بیماران سیروتیکی نارسایی کامل کبد و دیگری خونریزی به دلیل بالا رفتن فشار ورید باب است. پزشک ممکن است جهت کاهش این فشار از داروهای کاهنده

فشارخون مانند ایندرال استفاده کنند در صورتی که از واریس های معده و مری خونریزی رخ دهد فوراً پزشک با تزریق یک داروی مسدود کننده عروقی (اسکلروزان) و یا با استفاده از بند لاستیکی از طریق آندوسکوپ که یک لوله قابل انعطاف می باشد و از طریق دهان وارد میشود میتواند خونریزی را بند آورد در شرایط بحرانی چاره نهایی انجام عمل جراحی شنت برای تغییر مسیرخون از ورید بابی به جای دیگر و یا انجام پیوند کبد است اکثر بیماران سیروتیک سالها سلامت زندگی می کنند و اگر دچار عوارض بیماری شوند معمولاً درمان میشوند و بعضی از آنها به طور موفقیت آمیز با کبد پیوند شده زندگی می کنند.

آموزش بیمار:

- ✓ در مواقع افزایش تورم پاها یا قطر شکم از مصرف نمک و آب اضافی جدا پرهیز کنید و مصرف پروتئین غذایی و نیز هرگونه استرس و فعالیت جسمانی را کاهش دهید.
- ✓ از مصرف بی رویه داروها حتی استامینوفن بدون نظر پزشک پرهیز کنید.
- ✓ هرگز ناامید نشوید باعث تشدید بیماری میشود.
- ✓ بیماری خود را از دیگران مخفی نسازید.
- ✓ تحت نظر پزشک خود واکسنهای لازم برای پیشگیری از برخی بیماریها را تزریق نمایید.
- ✓ ناخن های خود را مرتب کوتاه کنید.
- ✓ از مسواک با پرزهای نرم استفاده کنید.
- ✓ در صورت افزایش وزن با بیش از ۲ کیلوگرم به پزشک مراجعه نمایید.