

مددجوی گرامی:

مطالب زیر در مورد بیماری فعلی شما می باشد. چنانچه پس از ترخیص، سوالی داشتید می توانید با این شماره ها تماس بگیرید:

۳۱۱۲۲۲۲۱ - ۳۱۱۲۱۱۴۲

پانکراتیت چیست؟

پانکراس یا لوزالمعده غده بزرگی است که در پشت معده قرار دارد. این اندام نقش مهمی در فرایند گوارش انسان ایفا می کند. دو وظیفه اصلی پانکراس شامل ترشح آنزیم های گوارشی در روده برای کمک به هضم غذا و ترشح هورمون هایی مثل انسولین و گلوکاگون است که قند خون بدن را تنظیم می کنند.

پانکراتیت یعنی ملتهب شدن پانکراس. پانکراتیت می تواند به صورت حاد باشد، بدین معنا که ناگهانی ظاهر و بعد از گذشت چند روز برطرف می شود. اما در صورتی که پانکراتیت چند سال بیمار را درگیر کند، مزمن در نظر گرفته می شود.

علائم پانکراتیت حاد

- ✓ درد بالای شکم
- ✓ درد شکم که به پشت نیز کشیده می شود
- ✓ درد شکم که بعد از خوردن غذا شدید می ود
- ✓ تب بالای ۳۸ درجه
- ✓ تهوع و استفراغ
- ✓ احساس سفتی هنگام لمس شکم و حساسیت به لمس شکم
- ✓ زردی پوست و چشم ها

علائم پانکراتیت مزمن :

- ✓ درد بالای شکم
- ✓ کاهش وزن ناخواسته
- ✓ چرب و بدبو شدن مدفوع

علت بیماری پانکراتیت:

پانکراتیت هنگامی رخ می دهد که آنزیم های گوارشی در حالی که هنوز در پانکراس فعال هستند، باعث تحریک سلول های پانکراس و ایجاد التهاب می شوند. با تکرار وقوع پانکراتیت حاد، به پانکراس آسیب وارد شده و منجر به بروز پانکراتیت مزمن می شود. ممکن است در پانکراس زخم ایجاد شود که باعث از دست دادن عملکرد آن می شود. عملکرد ضعیف پانکراس می تواند باعث بروز مشکلات گوارشی و دیابت شود. علت هایی که منجر به بروز پانکراتیت می شود عبارتند از:

- ✓ سنگ کیسه صفرا (شایعترین علت)
- ✓ جراحی های شکم
- ✓ مصرف بیش از حد مشروبات الکلی
- ✓ مصرف برخی داروها
- ✓ بالا بودن سطح کلسیم خون
- ✓ بالا بودن سطح چربی و تری گلیسیرید خون
- ✓ عفونت
- ✓ آسیب ها و ضربه به شکم
- ✓ چاقی و اضافه وزن

درمان:

درمان پانکراتیت حاد با هدف کمک به کنترل شرایط و مدیریت علائم انجام می شود. برای درمان پانکراتیت حاد معمولاً باید در بیمارستان بستری شوید. گاهی نیاز به بستری کردن بیمار در بخش ویژه بیمارستان (ICU) می باشد. اکثر مبتلایان به پانکراتیت حاد در طی یک هفته بهتر می شوند و بعد از چند روز از بیمارستان مرخص می شوند. در موارد شدید، بخاطر عوارض پانکراتیت حاد، روند بهبودی طولانی می شود. درمان در بیمارستان شامل موارد زیر می باشد:

- ✓ در ابتدا ممکن است در وضعیت ناشتا باشید و معمولاً یک لوله برای کاهش تهوع و استفراغ و تخلیه ترشحات معده در بینی شما قرار داده می شود.
 - ✓ بعد از چند روز با کاهش التهاب و درد، خوردن مایعات و غذا از راه دهان دوباره شروع می شود. تغذیه ابتدا با مایعات اندک شروع شده و سپس با رژیم کم چرب و نرم ادامه می یابد. در اینمورد به توصیه های پزشک خود توجه نمایید.
 - ✓ در صورت نیاز اکسیژن از طریق لوله های داخل بینی به شما داده شود.
- کنترل درد:** پانکراتیت می تواند باعث درد شدید شود. تیم مراقبت های بهداشتی شما برای کنترل درد به شما دارو های ضد درد می دهند. در طول بستری چنانچه درد دارید می توانید در وضعیت نشسته در حالی که تنه خم شده یا در وضعیت خوابیده به پهلو در حالی که زانوها به سمت شکم جمع شده اند درد خود را کمتر کنید.



بسته آموزشی خود مراقبتی

پانکراتیت

تهیه و تنظیم:

حسین دودکانلوی میلان (کارشناس پرستاری)

سحرفرح سا (کارشناس آموزش)

منابع مورد استفاده:

❖ برونر و سودارث / درسنامه پرستاری داخلی - جراحی ۲۰۲۲ / انتشارات جامعه نگر

تدوین: فروردین ۱۴۰۱

دسترسی به سایت بیمارستان:

Tabrizhospital.ir

شماره تلفن جهت ارتباط با بیمارستان در صورت هر گونه

سوال یا راهنمایی:

۰۴۱۳۱۱۲۲۲۲۱-۰۴۱۳۱۱۲۱۱۴۲

- ✓ از مصرف بیش از حد قهوه و ادویه جات اجتناب کنید
- ✓ زیرا ترشحات پانکراس و معده را افزایش می دهد.
- ✓ در صورت استفاده از قرصها یا کپسولهای حاوی آنزیم های پانکراس (مثل پانکریلیاز، کرون و ویوکاز) توصیه می شود این کپسولها ۱ تا ۲ ساعت قبل ، حین یا بعد از غذا مصرف شود. در صورتی که دارو به صورت پودر باشد ، می توان آن را با غذا مخلوط کرد، زیرا باعث جلوگیری از اسهال و کاهش وزن می شود.

➤ در صورت مشاهده موارد زیر سریعاً به پزشک یا

نزدیک ترین مرکز درمانی مراجعه نمایید:

- درد شدید و غیر قابل کنترل در شکم
- تب بالای ۳۷ درجه
- تهوع و استفراغ بدون توقف
- کاهش وزن بدون دلیل

مایعات داخل ورید (از طریق رگ) : از آنجا که بدن شما انرژی و مایعات را برای ترمیم لوزالمعده لازم دارد، ممکن است دچار کمبود آب شوید. به همین دلیل در طول مدت بستری در بیمارستان از طریق سرم مایعات اضافی دریافت خواهید کرد.

پس از کنترل التهاب در لوزالمعده، نوشیدن مایعات و غذاهای رقیق کنید شروع شده و با گذشت زمان، به رژیم غذایی عادی برمی گردید، در صورتی که هنوز هم هنگام غذا خوردن احساس درد دارید، پزشک ممکن است یک لوله تغذیه را توصیه کند.

بعد از کنترل التهاب، ممکن است عمل جراحی برای رفع انسداد مجاری صفراوی یا تخلیه مایعات از پانکراس لازم باشد. پزشک در این مورد توضیحات کافی به شما خواهد داد.

مراقبت در منزل:

پس از ترک بیمارستان، برای ادامه بهبودی ، دستورالعمل های زیر را رعایت کنید:

- ✓ نوشیدن الکل را متوقف کنید و اگر سیگار می کشید، ترک کنید.
- ✓ رژیم غذایی شما باید کم چرب باشد. رژیمی را انتخاب کنید که چربی کمتر داشته و میوه و سبزیجات تازه، غلات سبوس دار و پروتئین بیشتری داشته باشد.
- ✓ غذاهای نفخ آور و سنگین نخورید. تعداد وعده های غذایی شما زیاد و حجم آن کم باشد.