

کاهش اشتها و وزن (در زخم دوازدهه ممکن است افزایش وزن وجود داشته باشد زیرا افراد بیشتر می‌خورند تا راحت‌تر شوند).

استفراغ مکرر
مدفوع در خون
کم‌خونی

تفاوت بین زخم معده و زخم اثنی عشر

در مبتلایان به زخم معده ترشح اسید در محدوده طبیعی و حتی پایین‌تر از حد معمول است در حالی که در مبتلایان به زخم اثنی عشر ترشح اسید معده در اغلب مواد بالاتر از حد معمول است.

*سن بروز زخم معده حدود ۱۰ سال بالاتر از سن بروز زخم اثنی عشر است.

*بروز عوارض در زخم معده بیشتر از زخم اثنی عشر است.

*مقاومت به درمان دارویی و نیاز به عمل جراحی در زخم معده بیشتر است.

*علائمی چون استفراغ و احساس سیری زودرس پس از صرف غذا در زخم معده بیشتر دیده می‌شود.

*زخم اثنی عشر نیاز به پی‌گیری آندوسکوپی پس از درمان ندارد اما در مورد زخم معده، به طور قطع پی

زخم دوازدهه

زخم‌های مزمن دوازدهه تقریباً همیشه در کانال پیلور و اولین قسمت دئودنوم ایجاد می‌شوند. نشانه‌های زخم دئودنال همان حالت کلی زخم معده را دارد، اما موارد استثنایی مهمی نیز به چشم می‌خورند. درد معمولاً چند ساعت پس از خوردن غذا ایجاد می‌شود (درد گرسنگی) و با خوردن غذا تسکین می‌یابد.

علائم و عوامل:

درد معده از علائم زخم در ناحیه معده و دئودنوم است، اما علائمی نظیر نداشتن اشتها، کاهش وزن، حالت تهوع و استفراغ و ترش کردن بیشتر ناشی از زخم در ناحیه معده است. دردی با مشخصات زیر:
- احساس سوزش، سوراخ شدن یا ساییده شدن به مدت ۳۰ دقیقه تا ۳ ساعت. درد غالباً به صورت سوزش سردل، سوءهاضمه یا گرسنگی تعبیر می‌شود.
- درد معمولاً در بالای شکم ولی گاهی زیر قفسه سینه است.

- در برخی افراد درد بلافاصله پس از خوردن رخ می‌دهد؛ در سایرین ممکن است تا ساعت‌ها بعد ایجاد نشود. غالباً شخص را در شب از خواب بیدار می‌کند.

- درد می‌آید و می‌رود. ممکن است دوره‌های کوتاه بدون درد جایگزین هفته‌ها درد متناوب گردد.
- درد ممکن است با نوشیدن شیر، غذا خوردن، استراحت یا مصرف ضد اسیدها تسکین یابد.

زخم پپتیک:

زخم پپتیک عبارت است از یک خوردگی کوچک در لوله گوارش. شایع‌ترین نوع آن (زخم دوازدهه) در ۳۰ سانتیمتر اول روده کوچک بعد از معده رخ می‌دهد. زخم‌هایی که در معده تشکیل می‌شوند، زخم معده خوانده می‌شوند. یک زخم مسری یا سرطانی نیست. زخم‌ها می‌توانند تمامی سنین را مبتلا می‌کنند. زخم‌های دوازدهه تقریباً همیشه خوش‌خیم هستند در حالی که زخم معده ممکن است بدخیم باشند.

زخم معده:

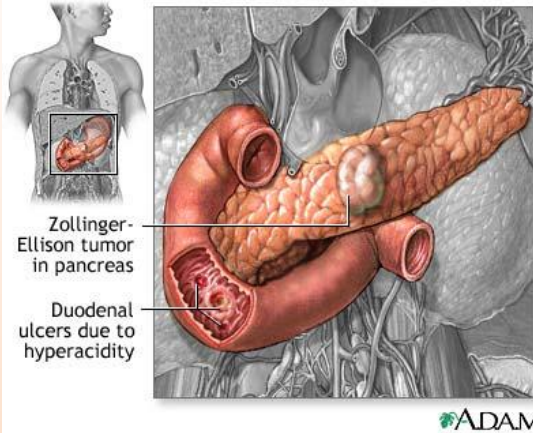
زخمی است مدور و بالنسبه منظم که در مخاط معده پدید می‌آید و به تدریج به طبقه عضلانی نیز سرایت می‌کند. زخم‌های معده اندازه‌های متفاوتی دارند، ولی اکثراً کوچک هستند (با قطر کمتر از ۲ سانتیمتر) زخم‌های بزرگ گاهی در افراد سالمند دیده شده و تا ۱۰ سانتیمتری هم می‌رسند.

بیماری‌های پپتیک معده معمولاً موجب درد شدید و غالباً ناتوان‌کننده در اپی‌گاستر می‌شوند که با خوردن غذا مخصوصاً اگر اسیدی باشد، تشدید می‌شوند. درد ممکن است آنقدر شدید باشد که بیماران وزن کم کنند و دچار ترس از غذا شوند، نشانه‌ها چندین هفته یا ماه ادامه دارد و شدت آن نوسان می‌کند و سپس کاملاً ناپدید می‌شود تا این که چند هفته یا چند ماه بعد دوباره ظاهر می‌گردد.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی والیاسر

زخم معده و دوازده ه



سایت آموزش به بیمار
بیمارستان ولیعصر (عج)
<http://www.valiasr.ac.ir>

* کشیدن سیگار نیز می‌تواند بر روند درمان شما تأثیر سوء بگذارد.

* مصرف لبنیات پروبیوتیک به ویژه ماست می تواند بسیار کارساز باشد، به ویژه در افرادی که علت اصلی بیماری آنها باکتری هلیکوباکتریلوری می‌باشد.

* از گرسنگی‌های طولانی مدت نیز پرهیز نمایید

غذاهای ممنوع در بیماران مبتلا به زخم معده:

* گوشت و ماهی دودی و نمک سود شده

* انواع شور و آجیل‌های پرنمک

* نوشیدنی‌های گازدار

* فست‌فودها (غذاهای آماده)-سس ها

* چای و قهوه-ادویه جات

* چربی زیاد و غذاهای سرخ شده

* الکل-سیروپياز

فعالیت

به محض بهبود علائم، فعالیت های طبیعی خود را از سر بگیرید.

گیری و اطمینان از بهبود زخم ضروری است . (سوء هاضمه و زخم های دستگاه گوارش)

* ۸۰ درصد اولسرهاي پپتيك مربوط به دوازدهه است

* چهار برابر بیشتر از اولسر معده است و شیوع آن در مردان سه برابر بیشتر از زنان است.

توصیه‌های غذایی مناسب افراد مبتلا به زخم پپتیک:

* تعداد وعده‌های غذایی را افزایش و حجم آن ها را کاهش دهید.

* آهسته خوردن غذا و جویدن کامل آن نیز می تواند بسیار کارساز باشد.

* از مصرف حجم زیاد غذا به ویژه قبل از خواب پرهیز کنید.

* مصرف جو و هویج در صورت تحمل می تواند بسیار موثر باشد.

* سعی کنید بیشتر از سبزیجات با برگ‌های سبز تیره استفاده کنید.

* از مصرف غذاهای مختلف در کنار هم خودداری کنید.

* در حد امکان از مصرف نان‌های سفید پرهیز کنید.