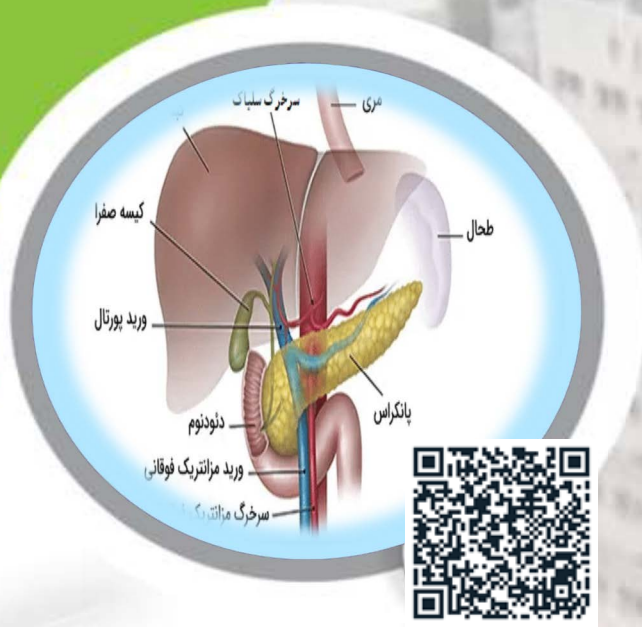




*** در حین یا پس از درمان اگر دچار علائم زیر شدید بلافاصله به پزشک خود اطلاع دهید

- یرقان (زرردی پوست و چشم)
- تب ۳۸ درجه سانتی گراد یا بالاتر
- کاهش وزن مداوم
- علائم کمبود کلسیم نظیر انقباضات عضلانی یا تشنج



التهاب پانکراس

مرکز آموزشی درمانی آیت اله کاشانی شهرکرد

آدرس: شهرکرد - خیابان پرستار 9-32264825-038

Kashanihp.skums.ac.ir

واحد آموزش به بیمار 1403

کد: PE/SUR-KH-01-03

رژیم غذایی

غذاهایی که می توان از آن استفاده کرد

- ← قهوه، چای، آب، نان، پنیرکم چرب، تخم مرغ (در هفته ۳ عدد سفیده و یک زرده)
- ← چربیهای گیاهی و انواع میوه.
- ← گوشتها اعم از گوسفند، گوساله، مرغ و یا ماهی را آب پز یا کباب و یا بریان استفاده کنید.
- ← سوپهای صاف شده و ادویه جات از قبیل نمک و فلفل به حد اعتدال
- ← سبزیجات از قبیل هویج، سیب زمینی و کلم؛ در صورتیکه بدون اضافه کردن کره یا خامه، آب پز شود.

غذاهایی که باید پرهیز شود

- ← شیر چرب، بستنی که از شیر چرب درست شده باشد، کیکها و شیرینی هایی که خامه و چربی داشته باشند.
- ← تخم مرغ نیمرو، چربیهای حیوانی و چربیهای مانند خامه و سس مایونز
- ← به طور کلی باید از غذاهای سرخ شده، آجیل، زیتون شور، خیارشور، ذرت بو داده و چاشنی پرهیز شود
- ← گوشتهایی که به صورت کنسرو شده و پر چربی است مانند سوسیس، کالباس و سوپهایی که با خامه و شیر چرب درست شده اند.
- ← همچنین در صورتی که بیمار نتواند ادویه جات را تحمل نماید؛ بهتر است پرهیز گردد.
- ← میوه هایی از قبیل سیب کال و میوه های توتی که ممکن است قابل تحمل نباشد؛ استفاده نکنید.

آموزش به بیمار و خانواده :

- ⇐ با شروع علائم حاد بیمار ناشتا (NPO) است؛ پس رعایت بهداشت دهان امری مهم محسوب می شود.
- ⇐ در پانکراتیت حاد، استراحت در بستر یا استراحت به حالت نشسته بر روی صندلی توصیه می شود.
- ⇐ با برطرف شدن علائم فعالیت‌های طبیعی خود را به تدریج از سر بگیرید.
- ⇐ در پانکراتیت مزمن محدودیتی از نظر فعالیت وجود ندارد.
- ⇐ رژیم غذایی کم چربی به صورت وعده های کم حجم و متعدد توصیه می شود.
- ⇐ مصرف سیگار و الکل را به کلی قطع نمایید.

رژیم غذاهای کم چرب برای بیماران

چیست؟

شیر و پنیر کم چرب، آبمیوه طبیعی و انواع میوه ها در صورت تحمل، نان برشته شده، تخم مرغ و سوپ، انواع گوشتها به صورت بخارپز یا کباب



علائم شایع در پانکراتیت مزمن

- ⇐ درد مداوم خفیف تا شدید اغلب پس از غذا در قسمت فوقانی شکم که گاهی به پشت یا سراسر شکم انتشار دارد.
- ⇐ این درد ممکن است حالت مبهم، سوزشی، مالشی یا خنجری داشته باشد.
- ⇐ دوره های درد ممکن است روزها یا هفته ها به طول انجامد ولی به ندرت کمتر از یک روز ادامه دارد.
- ⇐ یرقان خفیف (زردی پوست و سفیدی چشم)
- ⇐ کاهش وزن سریع

تشخیص

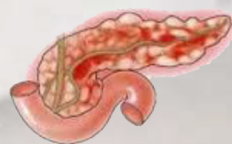
معاینه بیمار، آزمایش های خون و ادرار، رادیوگرافی شکم، سی تی اسکن یا سونوگرافی لوزالمعده و آندوسکوپی باشد.

درمان در پانکراتیت حاد

بستری در بیمارستان برای تجویز مایعات وریدی بخصوص در ۲۴ ساعت اول، کنترل درد و استفراغ و اصلاح کمبود کلسیم و منیزیم لازم است. جراحی ممکن است در موارد وجود سنگ های صفراوی، زخم معده سوراخ شده، یا تخلیه منبع عفونت لازم باشد.

درمان در پانکراتیت مزمن

به طور سرپایی با تجویز داروها، تنظیم رژیم غذایی و منع مصرف الکل صورت گیرد.



پانکراتیت مزمن



پانکراتیت حاد

التهاب لوزالمعده یا پانکراتیت چیست؟

لوزالمعده یا پانکراس در پشت معده قرار دارد. به التهاب لوزالمعده پانکراتیت گفته می شود. لوزالمعده با تولید آنزیم هایی مانند انسولین و گلوکاگون، نقش مهمی در هضم غذا دارد. پانکراتیت یا به صورت حاد یا مزمن بروز می کند.

علت ایجاد پانکراتیت چیست؟

۱. مصرف الکل، تغذیه نامناسب و چاقی
۲. بیماری های کیسه صفرا یا مجاری صفراوی
۳. ضربه یا جراحی شکمی
۴. عفونت های ویروسی
۵. بالا بودن چربی های خون و بالا بودن کلسیم خون تومورها و داروها

علائم شایع در پانکراتیت حاد

۱. درد شکمی شدید و استفراغ
۲. تورم و نفخ شکم
۳. تب و درد عضلانی
۴. کاهش فشار خون

