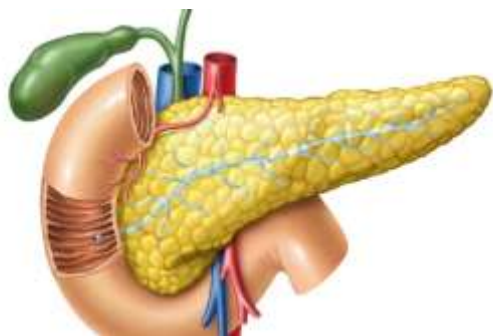




دارای گواهینامه درجه یک عالی اعتبار بخشی ملی و

استاندارد ایزو ۹۰۰۱ در مدیریت کیفیت

آموزش به بیمار پانکراتیت (التهاب لوزالمعده)



تنظیم و هماهنگی: واحد بهبود کیفیت، آموزش و پژوهش

بیمارستان امام حسین (ع)

مشهد مقدس، خیابان شهید مفتاح، خیابان وحید، وحید ۳

تلفن: ۳۲۷۸۷۰۰۱

مراجعه کننده گرامی در صورت بروز هر گونه سوال و ابهام در رابطه با آموزش‌ها می‌توانید با شماره تلفن ۳۲۷۸۷۶۶۵ "کلینیک پرستاری آموزش سلامت" تماس بگیرید. کارشناسان ما در این کلینیک روزهای اداری از ساعت ۷:۰۰ تا ۱۳:۰۰ پاسخگوی شما می‌باشند.

شماره سند: ۷۵۳۰ ف شماره بازنگری: ۰

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۱۱/۱۱ تاریخ آخرین ابلاغ: ۱۴۰۳/۱۱/۱۵

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۵/۱۱

علایم هشدار:

در صورت بروز علایم زیر باید هر چه زودتر به پزشک و یا

بیمارستان مراجعه نمایید:

- تب و لرز
- کاهش وزن بدن
- زردی چشم و پوست
- انقباضات غیرارادی عضلات یا تشنج
- درد شدید شکمی
- درد همراه با تهوع و استفراغ شدید

مراجعه کننده گرامی در صورت نیاز می‌توانید سایر مطالب

آموزشی مرتبط و یا مورد نیاز خود را از طریق اسکن کد QR و یا ورود به لینک مشاهده نمایید.

<https://pamphlet.imhh.ir/panc/>



منابع:

- www.medlineplus.org
- [UP TO DATE](#)

خود مراقبتی:

تغذیه:

- در درمان پانکراتیت رژیم غذایی می‌تواند بسیار کمک کننده باشد:
- ترک سیگار و عدم مصرف الکل
- رژیم غذایی سالم و کم چرب
- مصرف داروها، مکمل و ویتامین‌ها طبق دستور پزشک (برخی از این داروها جایگزین آنزیم‌های گوارشی هستند).
- مسکن در صورت تجویز پزشک
- مصرف مایعات خصوصا آب را در نظر داشته باشید.
- مصرف غذاهایی که پروتئین و کربوهیدرات بالایی دارند.
- مصرف وعده‌های غذایی با تعداد بیشتر و حجم کمتر.
- از مصرف نوشیدنی‌های کافئین‌دار از جمله چای و قهوه و ... خودداری کنید.
- جهت جلوگیری از یبوست از مواد غذایی پرفیبر مانند سبزی و میوه‌های تازه استفاده کنید.
- از مصرف وعده‌های غذایی سنگین و پر حجم در وعده‌ی شام بپرهیزید.

فعالیت:

با برطرف شدن علائم بیماری می‌توانید با نظر پزشک معالج خود فعالیت‌های روزمره را شروع کنید، اما در پانکراتیت مزمن محدودیتی در انجام فعالیت‌ها نیست.

کنترل درد:

از روش‌های شل کنندگی عضلات بدن و انجام تنفس‌های عمیق می‌توان برای کنترل درد کمک گرفت. همچنین روش‌های پرت کردن حواس نظیر گوش دادن به موسیقی و انجام فعالیت مورد علاقه برای کاهش درد کمک کننده است.

وضعیت نشسته در حالی که تنه خم شده یا وضعیت خوابیده به پهلو در حالی که زانوها به سمت شکم خم شده باشند جهت کاهش درد موثر می‌باشد.

مددجوی گرامی، پمفلت زیر حاوی نکات آموزشی عمومی در رابطه با شرایط و جراحی فعلی شما می باشد. لطفا مطالب را مطالعه نموده و در صورت داشتن ابهام، سوالات خود را از پزشک و پرستار بپرسید.

پانکراس یا لوزالمعده

پانکراس یا لوزالمعده عضوی حیاتی، درون شکم و در پشت معده و نزدیک به قسمت اول روده کوچک می باشد که وظیفه آن تولید آنزیم هایی است که به روده کوچک ترشح می کند تا چربی و پروتئین ها را هضم کند و هم چنین با ترشح هورمون های تنظیم کننده قندخون، به کنترل قند خون بدن کمک می کند.

پانکراتیت چیست؟

پانکراتیت به التهاب پانکراس می گویند که به دلایل متفاوت می باشد و با درد شدید و ناگهانی شکم همراه می باشد و به صورت حاد و مزمن است.



پانکراتیت حاد که اغلب در اثر سنگ کیسه صفرا رخ می دهد، به طور ناگهانی رخ می دهد و معمولا طی چند روز با درمان از بین می رود. (این نوع پانکراتیت علل دیگری هم می تواند داشته باشد) پانکراتیت مزمن به صورت طولانی وجود دارد که با گذشت زمان بدتر شده و در صورت عدم درمان می تواند منجر به آسیب دائمی شود.

شایع ترین علت بروز پانکراتیت، مصرف الکل است و علل دیگر از جمله وراثت، چربی خون، برخی داروها و شرایط خود ایمنی، برخی از عفونت ها، توده یا تومورها، بسته شدن مجرایی که آنزیم های پانکراس را تخلیه می کند و ... می باشد.

علائم پانکراتیت:

- علائم با شدت های مختلف و بسته به میزان بروز التهاب و حاد یا مزمن بودن پانکراتیت متفاوت و می تواند شامل موارد زیر باشد:
- شایع ترین علائم درد قسمت بالایی شکم گاهی یا مکرر با شدت های مختلف است که می تواند به پشت یا پهلوها منتشر شود.
- حالت تهوع و استفراغ خصوصا بعد از خوردن غذاهای چرب
- کم اشتها و کاهش وزن ناخواسته
- نفخ شکم
- مدفوع چرب و بدبو
- اسهال
- زردی پوست و چشم ها (یرقان)
- افزایش قند خون و بروز دیابت می باشد.

تشخیص:

ابتدا پزشک با گرفتن شرح حال و شنیدن علائم شما به معاینه می پردازد و سپس ممکن است درخواست آزمایش کند. این آزمایش می تواند آزمایش خون، مدفوع و ... باشد و حتی ممکن است نیازمند تست های تصویربرداری (سونوگرافی، سی تی اسکن، MRI و ERCP، MRCP) و یا آندوسکوپی باشید.

MRCP: یک روش تصویربرداری است که با استفاده از امواج رادیویی و میدان مغناطیسی، تصویری از کیسه صفرا و مجاری صفراوی ارائه می دهد.

ERCP: تصویربرداری با جهت مخالف از مجاری صفراوی و پانکراس توسط آندوسکوپی است که در جریان آن مسیر خروجی صفرا باز می شود.

با بررسی جواب آزمایش و سایر تست های تشخیصی، پزشک درمان شما را آغاز می کند.

درمان:

درمان کامل پانکراتیت مستلزم بستری شدن در بیمارستان است تا مایعات لازم و داروها از طریق داخل وریدی دریافت شود. داروهای آنتی بیوتیک و مسکن از جمله دارو هایی هستند که در پروسه درمان پانکراتیت برای بیمار تجویز می شود.

در پانکراتیت با شدت خفیف بعد از بستری در بیمارستان احتمالا خواهید توانست مایعات و رژیم کم چرب میل کنید، اما در پانکراتیت شدید اجازه خوردن و آشامیدن تا چند روز نخواهید داشت تا التهاب پانکراس کم شود. همچنین در صورت صلاح دید پزشک ممکن است برای شما لوله معده (لوله ای که از بینی وارد می شود و به معده می رود تا ترشحات معده و نفخ شکم را خارج کند.) گذاشته شود.

در صورت دستور پزشک سعی کنید جهت کاهش میزان سوخت و ساز بدن، در بستر استراحت کنید.

گاهی در موارد پانکراتیت شدید ممکن است به درمان دیگری نیاز داشته باشید. این درمان به علت پانکراتیت بستگی دارد و می تواند شامل موارد زیر باشد:

اگر سنگ کیسه صفرا دارید ممکن است نیاز به برداشتن کیسه صفرا داشته باشید.

اگر آبسه یا کیست عفونی داشته باشید ممکن است پزشک آن را تخلیه کند یا در صورت نیاز ممکن است بافت آسیب دیده را از پانکراس شما خارج کند.