



تاریخ	۲۶
تیر	۱۴۰۱
یکشنبه	

هر شماره؛ معرفی یک بیماری و پیشگیری

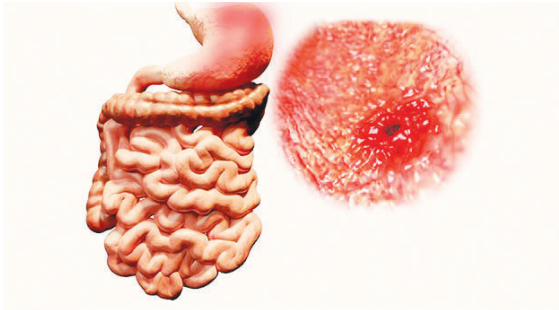
و درمان آن

این شماره: از علت تا درمان زخم معده



صفحه	۶
شماره	۳۴۰۵
سال	بیست و هشتم

از علت تا درمان زخم معده



منظور از زخم معده، آسیب به مخاط معده یا روده کوچک است. این عارضه زمانی ایجاد می‌شود که مخاط محافظ‌کننده درون معده، بی‌اثر شود. معده برای کمک به هضم غذا و برای مقابله در برابر میکروب‌ها اسید قوی تولید می‌کند.

به گزارش سایت بیمارستان مریم، اگر مخاط عملکرد طبیعی خود را از دست بدهد، اسید معده به بافت معده آسیب می‌رساند و منجر به زخم معده خواهد شد. بر اساس آمارهایی که در این زمینه وجود دارد، مشخص شده است که از هر ده نفر، یک نفر در طول زندگی خود دچار این بیماری می‌شود.

درمان و روند بهبودی این بیماری بسیار آسان است؛ اما، در صورت عدم درمان باعث ایجاد مشکلات بسیاری خواهد شد.

چه عواملی منجر به زخم معده می‌شود؟

زخم معده معمولاً به‌دلایلی همچون موارد زیر ایجاد می‌شود:

عفونت همراه با باکتری هلیکوباکتری پیلوری؛

استفاده طولانی‌مدت از داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی مانند آسپرین، ایبوپروفن و ناپروکسن؛

در برخی از مواقع نادر به‌دلیل سندرم زولینگر-الیسون، با افزایش تولید اسید در بدن می‌تواند منجر به زخم معده و روده شود.

علائم زخم معده

شدت علائمی که از این بیماری مشاهده می‌شود، به شدت بیماری بستگی خواهد داشت. رایج‌ترین نشانه‌ای که از زخم معده مشاهده شده، احساس سوزش یا درد در وسط شکم، بین ناف و قفسه سینه است.

به‌طور کلی احساس درد، هنگام خالی بودن معده شدیدتر است و ممکن است از چند دقیقه تا چند ساعت طول بکشد. سایر علائم و نشانه‌های زخم معده به شرح زیر است:

- درد خفیف در معده
- کاهش وزن
- عدم تمایل به غذا خوردن به‌دلیل درد
- حالت تهوع و استفراغ
- نفخ شکم
- احساس سیری
- آروغ زدن یا رفلاکس معده
- سوزش سردل
- تسکین درد با مصرف آنتی‌اسیدها
- کم‌خونی همراه با علائمی مانند خستگی، تنگی نفس یا رنگ پریدی گی
- مدفوع تیره

استفراغ خون آلود یا شبیه به قهوه

در صورتی که علائم زخم معده را حتی خفیف مشاهده کردید، به پزشک متخصص مراجعه کنید. زیرا اگر زخم معده درمان نشود، منجر به مشکلات بدتری خواهد شد. زخم‌ها اگر خونریزی کنند، می‌توانند تهدیدکننده زندگی بیمار باشند.

زخم معده چگونه تشخیص داده می‌شود؟

نحوه تشخیص و درمان به‌شدت نوع زخم ایجاد شده بستگی خواهد داشت. زمانی که به پزشک متخصص مراجعه می‌کنید، او ابتدا در خصوص سوابق بیماری، علائم و نوع داروهایی که مصرف کرده‌اید، سوابقی خواهد پرسید.

برای تشخیص عفونت هلیکوباکتری پیلوری ممکن است آزمایش خون، مدفوع یا آزمایش تنفسی برای بیماران انجام گیرد. آزمایش تنفسی به این صورت است که به شما مایع شفاف داده می‌شود تا بنوشید و در کیسه‌ای نفس بکشید، سپس کیسه بسته می‌شود.

در صورتی که عفونت هلیکوباکتری پیلوری وجود داشته باشد، نمونه تنفسی که از بیمار گرفته شده است، حاوی مقادیر بالایی از دی‌اکسید کربن خواهد بود. آزمایشات و روش‌های دیگری که برای تشخیص زخم معده برای بیماران در نظر گرفته می‌شود، شامل موارد زیر است:

بلع باریم

در این آزمایش یک مایع غلیظ سفید رنگ که همان باریم است را باید بنوشید. دستگاه گوارش فوقانی شما پوشانده می‌شود و به پزشک کمک خواهد کرد که معده و روده کوچک با استفاده از اشعه ایکس قابل مشاهده باشد.

آندوسکوپی (EGD)

در این روش آزمایش، یک لوله نازک و سبک از طریق دهان و معده، به قسمت اول روده کوچک وارد می‌شود. این آزمایش برای مشاهده زخم، خونریزی و هر بافتی که غیر طبیعی به نظر برسد، مورد استفاده قرار می‌گیرد.

بیوپسی آندوسکوپی

یک قسمتی از بافت معده برداشته می‌شود تا بتوانند با نمونه برداشته شده تجزیه و تحلیل را در آزمایشگاه انجام دهند.

درمان زخم معده

درمان بسته به‌علت زخم ایجاد شده در بیمار متفاوت خواهد بود. اغلب زخم‌هایی را که ایجاد می‌شود، می‌توان با درمان‌های ساده و ابتدایی درمان کرد، تنها در برخی از مواقع نادر نیاز به عمل جراحی خواهد بود.

درمان به‌موقع و سریع زخم معده بسیار حائز اهمیت است. در صورتی که دچار خونریزی شده باشید، درمان فشرده‌ای برای شما در نظر می‌گیرند و در اغلب مواقع بیمار نیاز به بستری شدن در بیمارستان خواهد داشت.

درمان غیر جراحی زخم معده

اگر زخم معده شما به‌دلیل باکتری هلیکو پیلوری ایجاد شده باشد، به آنتی بیوتیک و داروهای مهارکننده مانند پمپ پروتون (PPI) نیاز خواهید داشت. PPI، سلول‌های تولیدکننده اسید معده را مسدود خواهد کرد. علاوه بر این روش درمان، پزشک ممکن است هر یک از موارد زیر را توصیه کند:

مسدودکننده گیرنده‌های H₂

خودداری از استفاده از NSAIDsها

آندوسکوپی

پروبیوتیک

مکمل بیسموت

علائم زخم معده ممکن است با درمان به سرعت بهبود یابد. اگر علائم ناشی از این بیماری در شما بهبود نیافته است، باید به مصرف داروهای تجویز شده ادامه دهید. این نکته جهت از بین بردن همه باکتری‌ها از

این بیماری زمانی رخ می‌دهد که لایه ضخیم مخاطی که مایعات گوارش معده را محافظت و نگهداری می‌کند کاهش می‌یابد. این امر به اسیدهای گوارشی این اجازه را می‌دهد که بافت‌هایی که در معده قرار دارند را زخم کنند. درمان زخم معده احتمال دارد به راحتی انجام شود اما بدون درمان مناسب ممکن است رفته رفته شدیدتر شود. در این مقاله از مجله دروخانه آنلاین دارودراگ سعی داریم برای آشنایی بیشتر شما، به بررسی زخم معده، علائم و علت ابتلا به زخم معده و درمان آن بپردازیم؛ پیشنهاد می‌کنیم در این مقاله حتماً با دارودراگ همراه باشید.

زخم معده چیست؟!

زخم معده یا به اصطلاح پزشکی اولسر (peptic ulcer disease) که از آن با نام زخم گوارشی نیز یاد می‌شود یک زخم باز در دستگاه گوارش فوقانی است. زخم معده از شایع‌ترین بیماری‌های گوارشی است که دردناک بوده و در پوشش داخلی معده و قسمت فوقانی روده باریک ایجاد می‌شود. زخم معده زمانی رخ می‌دهد که لایه ضخیم مخاطی که مایعات گوارش معده را محافظت و نگهداری می‌کند، کاهش می‌یابد. این امر به اسیدهای گوارشی این اجازه را می‌دهد که بافت‌هایی که در معده قرار دارند را زخم کنند. پزشکان تا مدت‌ها بیان می‌کردند عواملی از قبیل استرس، غذاهای تند، سیگار کشیدن، مصرف بعضی داروها تنها دلایل زخم معده هستند تا اینکه در سال ۱۹۸۲ دانشمندان به وجود نوعی باکتری که آن را «هلیکوباکتری پیلوری» نامیدند، در مخاط معده به آن پی بردند و فهمیدند که در معده بسیاری از افراد وجود دارد.

زخم معده دو نوع است که عبارتند از:

زخم معده که در پوشش معده اتفاق می‌افتد.

زخم دوازدهه‌ای که در قسمت فوقانی روده کوچک ایجاد می‌شود.

علائم زخم معده

شایع‌ترین نشانه زخم معده درد سوزش معده است. دردهای زخم معده بین چند دقیقه تا چند ساعت طول می‌کشد اما این دردها موقتی‌اند و زمانی که معده خالی باشد به دلیل تاثیر اسید معده بدتر می‌شود. خوردن غذاهایی که اسید معده را کاهش می‌دهند و یا مصرف داروی کاهش دهنده اسید ممکن است درد را کاهش دهد. زخم معده علائم دیگری نیز دارد که عبارتند از:

نفخ

حالت تهوع

استفراغ

کاهش وزن بدون دلیل

مدفوع تیره و سیاه رنگ

تنگی نفس

سرگیجه

سوزش سردل

احساس خستگی بی دلیل

رنگ پریدی پوست

استفراغ دارای ذرات خونی

خون تیره در مدفوع

دل درد شدید

سوزش معده

زمانی که زخم معده حاد می‌شود ممکن است باعث خونریزی معده و روده شود و مشکلات گوارش شدیدتر شده و فرد بیمار مشکل خونی و افت فشار را تجربه کند.

علت رایج زخم‌های گوارشی یا زخم معده شامل موارد زیر می‌شود:

باکتری

باکتری هلیکوباکتری پیلوری که قبلاً به آن اشاره شد، در لایه مخاطی زندگی می‌کند و پوشش حفاظت از بافت‌هایی که در معرض روده کوچک و معده هستند را حفظ می‌کند. اغلب این باکتری مشکلی به وجود نمی‌آورد اما باعث التهاب لایه داخلی معده می‌شود و زخم ایجاد می‌کند.

استفاده از داروهای مسکن

مصرف داروهای مسکن تجویزی که داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی نامیده می‌شود موجب زخم معده شود. این داروها عبارتند از: آسپرین، ایبوپروفن و ناپروکسن سدیم، استامینوفن.

سیگار کشیدن

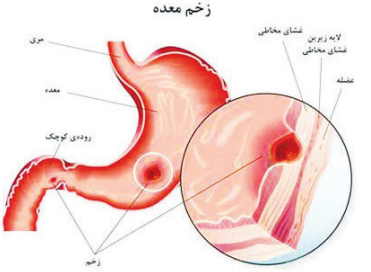
مصرف سیگار ممکن است در افرادی که به باکتری هلیکوباکتری پیلوری مبتلا هستند باعث زخم معده شود.

مصرف الکل

الکل تخمیر مخاطی معده را از بین می‌برد و اسید معده را افزایش می‌دهد.

این عوامل به تنهایی باعث زخم معده نمی‌شوند اما آنها می‌توانند زخم را شدیدتر و بحرانی‌تر کنند.

همه چیز در مورد زخم معده



نحوه تشخیص زخم معده

برای تشخیص زخم معده باید سابقه بیماری و داروهای مصرفی بدون نسخه و هر نوع داروی دیگری توسط پزشک بررسی شود. تشخیص زخم معده بستگی به علائم و شدت زخم تان دارد. برای تعیین عفونت هلیکوباکتری پیلوری ممکن است آزمایش خون و مدفوع گرفته شود. علاوه بر این آزمایش، سایر آزمایش‌های تشخیص زخم معده عبارتند از:

swallow barium

در این آزمایش یک مایع سفید ضخیم که باریم نام دارد را می‌خورید که این مایع دستگاه گوارش را پوشش می‌دهد. سپس پزشک از طریق اشعه ایکس معده و روده کوچک را بررسی می‌کند.

آندوسکوپی (EGD)

یک لوله نازک از طریق دهان در داخل معده و قسمت ابتدایی روده کوچک قرار می‌گیرد. این آزمایش برای زخم، خونریزی و هر گونه بافت غیرطبیعی انجام می‌گیرد.

بیوپسی آندوسکوپی

در این نوع آزمایش یک قطعه بافت معده، برای بررسی‌های بیشتر پزشک، برداشته می‌شود.

درمان خانگی برای زخم معده

درمان‌های طبیعی ثابت شده‌ای وجود دارد که در پیشگیری و بهبود زخم معده بسیار تاثیر گذارند. مواد غذایی که در بهبود زخم معده موثر هستند عبارتند از:

استفاده از سبزیجات تازه (کرفس، کلم بروکلی، اسفناج و غیره) اجتناب از غذاهای تند، لبنیات، کافئین، سرخ کردنی‌ها و سایر غذاهایی که اسید معده را افزایش می‌دهند.

آب کلم

فلفل قرمز

نمک دریا بر روی غذاها اضافه کنید.

دارچین

سیر

عسل

پروبیوتیک (ماست، غذاهای تخمیری، مکمل‌های پروبیوتیک)

زنجبیل

انواع میوه‌ها (سیب، بلوبری، گیلاس، لیمو و پرتقال، مغزهای خوراکی)

زرد چوبه

بایونه

شیرین بیان

آلونه ورا

❁ مصرف ۱ قاشق عسل خام به همراه یک چهارم قاشق پودر دارچین به صورت روزانه، طبق مطالعات انجام گرفته در ریشه‌کن شدن زخم معده بسیار موثر است.

درمان دارویی برای زخم معده

درمان دارویی زخم معده بستگی به علت آن دارد. در بیشتر موارد می‌توان با دارو بیماری را از بین برد اما در برخی از موارد شدید ممکن است نیاز به جراحی باشد. اگر آزمایشات نشان دهد که به عفونت هلیکوباکتری پیلوری مبتلا هستید ممکن است پزشک ترکیبی از داروها را تجویز کند. داروهای ترکیبی به کاهش درد، جلوگیری از آسیب بیشتر و رفع هر نوع عفونت کمک می‌کند.

اگر مصرف داروهای غیر استروئیدی باعث زخم معده شود پزشک توصیه می‌کند این دارو را متوقف کنید؛ در این صورت داروهای جایگزین برای رفع درد استفاده می‌شود.

پزشک ممکن است آنتی‌بیوتیک‌ها را برای کشتن عفونت‌ها و داروی بازدارنده پمپ پروتون برای کاهش اسید معده و محافظت از لایه پوششی معده را تجویز کند. برخی از این داروها مانند نکسیوم، پریلوژک و پرواسید می‌باشند.

در برخی موارد پزشک ممکن است مسدودکننده‌های گیرنده هیستامین را تجویز کند که از تولید زیاد اسید جلوگیری می‌کنند. این داروها عبارتند از: زانتاک (فاموتیدین) و پپسید.

همه چیز در مورد زخم معده

از ما آن را حمل می‌کنیم. اکثر افراد مبتلا به H. pylori زخم معده ندارند. اما در برخی دیگر، آن می‌تواند مقدار اسید را افزایش دهد، لایه محافظ اسید را تجزیه می‌کند و دستگاه گوارش را تحریک می‌کند. کارشناسان مطمئن نیستند که عفونت H. pylori چگونه گسترش می‌یابد. آنها فکر می‌کنند ممکن است از فرد به فرد از طریق تماس نزدیک، مانند بوسیدن عبور کند. شما همچنین می‌توانید آن را از مواد غذایی و آب ناپایدار دریافت کنید.

برخی از داروهای ضد درد اگر آسپرین را اغلب و مدت زمان طولانی مصرف کرده‌اید، به احتمال زیاد دچار زخم معده خواهید شد. همین امر برای دیگر داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی (NSAIDs) نیز صادق است. این داروها بدن شما را از ساخت یک ماده شیمیایی محافظت می‌کند که دیواره‌های داخلی معده و روده کوچک را از اسید معده محافظت می‌کند. انواع دیگر داروهای ضد درد، مانند استامینوفن، منجر به زخم معده نمی‌شوند.

سیگار کشیدن و نوشیدن الکل همچنین می‌تواند باعث افزایش احتمال زخم معده شما شود. همانطور که متخصصان تصور می‌کردند، استرس و خوردن بسیاری از مواد غذایی تند باعث ایجاد زخم نمی‌شوند. اما آنها می‌توانند درمان زخم‌ها را سخت‌تر کنند.

به گزارش کلینیک اکسیر، شما دچار زخم معده هستید اگر زخم‌های باز را در پوشش معده یا قسمت فوقانی روده کوچک داشته باشید. این اتفاق زمانی می‌افتد که اسیدهای معده شما از لایه محافظ دستگاه گوارش شما خارج می‌شود. ممکن است علائمی وجود نداشته باشد یا شما احساس ناراحتی یا درد کنید. زخم‌های گوارشی می‌توانند به خونریزی داخلی منجر شود، و گاهی اوقات می‌توانند به این دلیل باشد که شما نیاز به انتقال خون در بیمارستان دارید.

دو نوع بیماری زخم معده وجود دارد:

زخم معده را در پوشش معده خود دریافت می‌کنید.

زخم معده تنفسی این در انتهای روده کوچک ظاهر می‌شود.

شما در هر سنی ممکن است زخم معده داشته باشید، اما با بالا رفتن سن، شانس ابتلا به آن افزایش می‌یابد.

علل زخم معده

زخم‌ها وقتی که اسید گوارشی به دیواره‌های معده یا روده کوچک آسیب می‌رساند به وجود می‌آیند. اگر لایه مخاطی بیش از حد نازک باشد یا در معده وجود از حد اسید جمع شود، روده شما آن را حس می‌کند. دو دلیل عمده وجود دارد:

باکتری که هلیکو باکتری پیلوری (H. pylori) نام دارد و تقریباً نمی‌