



بیمارستان شهید هاشمی نژاد

آموزش به بیمار

سیروز کبدی



بیمارستان آموزشی، پژوهشی،
درمانی شهید هاشمی نژاد مشهد
واحد آموزش به بیمار

در صورت داشتن علائم زیر با پزشک

مشورت کنید:

- تب بالاتر از ۳۸ درجه سانتیگراد، یا تبی که از بین نمی رود
- درد شکم
- خون در مدفوع یا مدفوع سیاه و قیری رنگ
- خون در استفراغ
- کبودی یا خونریزی راحت تر
- تجمع مایع در شکم
- پاها یا مچ پاهای متورم
- مشکلات تنفسی
- سردرگمی یا مشکلات بیدار ماندن
- رنگ زرد برای پوست و سفیدی چشم (یرقان)



منبع : سایت www.medlineplus.gov

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید

هاشمی نژاد تلفن: ۱۵-۱۱-۲۷۳۷۰۵۱۳ یا با شماره ۳۱۰۹

تماس گرفته و شماره بخش داخلی یک ۲۰۳۰ و داخلی دو ۲۵۰۵ را

وارد نمایید.

سایت بیمارستان: hasheminejad.mums.ac.ir

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه روزه

به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲ پاسخگوی سوالات شما می باشد

تلفن داخلی کلینیک ۸۰۰۳ می باشد.

جهت دریافت محتوای آموزشی بارکد زیر را اسکن کنید.



در آپارات ما را
دنبال کنید



- در بیماری سیروز کبدی میزان ویتامین های گروه B به مرور کاهش می یابند و باید مقادیر مورد نیاز تأمین شود.

- کمبود روی به عنوان یکی از مواد ضروری و کمیاب بدن بوده در بیماران مبتلا به سیروز کبدی پیش می آید و این امر ممکن است سبب اختلال در شعور می شود، به این دلیل مصرف آن توسط برخی پزشکان توصیه می شود
- در رژیم غذایی میوه و سبزیجات را طوری تنظیم کنید که دو یا سه بار دفع مدفوع نرم در روز داشته باشید.

توصیه های خودمراقبتی:

- در مواقع افزایش تورم پاها یا افزایش دور شکم از مصرف نمک و آب اضافی جداً پرهیز کنید.
- ناخن های خود را مرتب کوتاه کنید.
- از صدمه، تزریق عضلانی، زور زدن هنگام دفع مدفوع، عطسه، سرفه شدید، پاک کردن شدید بینی، استفاده از اشیاء تیز ه برنده پرهیز کنید.
- از مسواک با پرزهای نرم استفاده کنید.
- از مصرف صابون محرک روی پوست خودداری کنید.
- از تماس با افرادی که مبتلا به بیماری عفونی هستند اجتناب کنید

مطالب پیش روی شما محتوای آموزشی برای مراقبت از بیمارتان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده سلامت خود را بازیابید .

سیروز کبدی:

کبد بزرگترین عضو بدن است و به بدن در هضم غذا، ذخیره انرژی و حذف سموم کمک می کند. در بیماری سیروز کبدی عملکرد طبیعی سلول های کبدی مختل شده و بافت های جوشگاه جایگزین بافت نرم، سالم و طبیعی کبد می شود که جریان خون را در کبد مختل کرده و از کارکرد طبیعی آن جلوگیری می نماید . بیماری سیروز کبدی معمولاً تا زمانی که آسیب کبدی زیاد نباشد، هیچ علائم و نشانه ای ندارد و در مراحل اولیه بیماری تنها با آزمایشات دقیق و عکس برداری قابل تشخیص می باشد.

علل بیماری سیروز کبدی

- مصرف طولانی مدت و افراطی الکل
- ابتلا به کبد چرب
- ابتلا به بیماری های عفونی ویروسی چون هپاتیت های B و C
- بیماری های ارثی
- انسداد مجاری صفراوی
- داروها و سموم
- بعضی بیماری های متابولیک مثل دیابت و....

علائم سیروز کبدی



سایر علائم عبارتند از:

- رگ های خونی کوچک و قرمز عنکبوت مانند روی پوست
- تجمع مایع در پاها (ادم) و در شکم (آسیت)
- قرمزی در کف دست
- در مردان ناتوانی جنسی، کوچک شدن بیضه ها و تورم سینه
- اختلالات قاعدگی در زنان
- مدفوع رنگ پریده یا سفالی

تشخیص سیروز کبدی:

- بیوپسی (نمونه برداری از کبد)
- آزمایش خون
- تست های تصویربرداری

میزان فعالیت در سیروز کبدی:

- بیشتر استراحت کنید و در وضعیت نیمه نشسته قرار بگیرید. در صورت استراحت طولانی در بستر مرتباً تغییر وضعیت دهید.
- از انجام فعالیت های زیاد و خسته کننده پرهیز نمایید.
- از انجام فعالیت های سنگین که سبب تعریق زیاد و افزایش دمای بدن می شوند خودداری کنید.
- فعالیت ها را به تدریج شروع کنید و فواصل فعالیت ها استراحت کنید.
- وزن سالم را حفظ کنید. در صورت چاقی یا اضافه وزن با پزشک خود در مورد برنامه کاهش وزن صحبت کنید.



تغذیه سیروز کبدی:

- رژیم غذایی برای سیروز کبدی باید سبک، متعادل و غنی از مواد مغذی باشد. مصرف نمک، چربی های ناسالم و قند باید به حداقل برسد، در حالی که پروتئین های کم چرب، میوه ها و سبزیجات تازه، و غلات کامل توصیه می شوند.
- بیشتر از گوشت سفید (مرغ و ماهی) استفاده کنید..
- میزان غذاهای چرب و سرخ کرده را کاهش دهید.
- غذا را به مقدار کم و دفعات زیاد در محیطی آرام و مطبوع مصرف کنید.
- پرهیز از مصرف الکل نیز مهم است.