



آموزش به بیمار

راهنمای جامع بیماری انسداد روده



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

مراقبت از محل استوما:

- در صورت داشتن کیسه دفعی، نحوه تعویض آن را از پرستار به خوبی یاد بگیرید.
- رنگ استوما باید صورتی باشد. در صورت تغییر رنگ آن به بنفش فوراً با پزشک خود تماس بگیرید.
- **در صورت بروز علائم زیر فوراً با پزشک خود مشورت کنید:**
- تب بالای ۳۸/۳ درجه سانتی گراد
- عدم دفع گاز یا مدفوع
- تهوع و استفراغ مکرر که مانع از نوشیدن مایعات شود.
- هر گونه تغییر رنگ یا ترشح از محل جراحی
- درد شدید شکمی
- تورم، قرمزی، درد شدید یا کبودی ناگهانی در ساق پا (علائم احتمالی لخته خون در پا).
- تغییر رنگ و دردناک شدن محل استوما



منبع: سایت www.medlineplus.gov

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید

هاشمی نژاد تلفن: ۱۵-۲۷۳۷۰۱۱-۹۹۹۹۰۵۱۳ یا با شماره ۳۱۰۹

تماس گرفته و شماره بخش جراحی ۲۵۵۲ 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



- پوره سیبزمینی (بدون پوست)، ماست ساده، تخم مرغ پخته، ماهی سفید پخته، نان سفید تست شده از جمله مواد غذایی هستند که مجاز به مصرف آنها هستید.
- از مصرف غذاهای پرفیبر (مانند سبزیجات خام، حبوبات، نان سبوس دار)، غذاهای سرخ شده و پرچرب، و نوشیدنی های گازدار برای حداقل چند هفته خودداری کنید.
- بهبود عملکرد روده و جلوگیری از یبوست ناشی از داروهای مسکن، وابستگی زیادی به مصرف مایعات دارد. نوشیدن آب کافی (حداقل ۸ لیوان یا ۲ لیتر در روز) برای همه ضروری است.
- وعده های غذایی کوچک و مکرر (۵ تا ۶ وعده در روز) به جای سه وعده سنگین مصرف کنید.
- غذا را به آرامی و کاملاً بجوید.

فعالیت مجاز:

- پزشک معمولاً پس از چند روز، پیاده روی های کوتاه و سبک در منزل را تشویق می کند. حرکت به تحریک طبیعی روده کمک کرده و نفخ و یبوست را کاهش می دهد.
- از بلند کردن اجسام سنگین (بیش از ۴ تا ۵ کیلوگرم) و فعالیت هایی که فشار زیادی به شکم وارد می کنند (مانند ورزش های سنگین) تا زمان بهبودی کامل و تأیید پزشک پرهیز کنید.

مراقبت از محل جراحی:

- در صورت داشتن زخم جراحی، محل جراحی را تمیز و خشک نگه دارید و پانسمان را مطابق دستور پزشک تعویض نمایید.
- محل جراحی را از نظر علائم عفونت مانند، قرمزی، سفتی، ترشح چرکی و بدبو و تب بررسی نمایید. در صورت داشتن علائم به پزشک مراجعه کنید.

این راهنما با هدف ارائه اطلاعات کامل و در عین حال قابل فهم در مورد انسداد روده برای شما، بیمار گرامی، تهیه شده است. هدف ما این است که شما با بیماری و مراقبت‌های لازم در منزل آشنا شوید تا بتوانید با آگاهی و اطمینان بیشتری روند درمان خود را طی کنید.

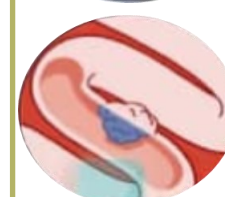
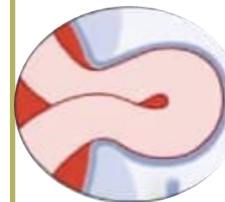
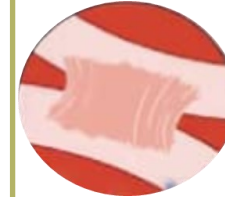


انسداد روده به چه معناست؟

انسداد روده وضعیتی است که در آن جریان طبیعی محتویات روده (غذا، مایعات، شیره گوارشی و گاز) از طریق روده کوچک یا روده بزرگ متوقف یا به شدت کند می‌شود. این انسداد می‌تواند جزئی (ناقص) یا کامل باشد و در هر قسمتی از دستگاه گوارش رخ دهد، اما بیشتر در روده کوچک اتفاق می‌افتد.

انسداد روده می‌تواند دلایل مختلفی داشته باشد، که برخی از شایع‌ترین آن‌ها عبارتند از:

- **چسبندگی‌های شکمی:** رایج‌ترین علت، به ویژه پس از جراحی‌های قبلی شکم.
- **فتق:** زمانی که بخشی از روده از نقطه ضعیف در دیواره عضلانی شکم بیرون می‌زند و ممکن است فشرده یا مسدود شود.
- **تومورها:** رشد تومورها (چه بدخیم و چه خوش‌خیم) در داخل یا خارج روده می‌تواند باعث فشردگی و انسداد شود.
- **پیچ خوردگی روده:** در این حالت، یک حلقه از روده به دور خود می‌پیچد و جریان خون و محتویات آن را مسدود می‌کند.
- **انسداد مدفوعی:** تجمع سفت مدفوع در روده بزرگ که می‌تواند مانع عبور مواد دیگر شود، به ویژه در افراد مسن یا کم‌تحرک.



علائم انسداد روده چیست؟

علائم بسته به محل و شدت انسداد متفاوت است، اما برخی از نشانه‌های کلیدی که باید به آن‌ها توجه کنید عبارتند از:

- درد شکمی: معمولاً به صورت قولنجی (درد شدید و متناوب) که با گذشت زمان ممکن است مداوم‌تر شود.
- نفخ و ورم شکم: احساس پری و سفت شدن شکم.
- تهوع و استفراغ: به خصوص اگر مدفوعی باشد (محتویات روده بالا بیاورند).
- یبوست شدید یا عدم دفع گاز
- اسهال (گاهی اوقات): در انسدادهای جزئی، ممکن است مایعات و گاز از کنار مواد مسدود شده عبور کرده و باعث اسهال شوند.
- از دست دادن اشتها.
- احساس ناراحتی عمومی و ضعف.

انسداد روده چگونه تشخیص داده می‌شود؟

برای تشخیص پزشک پس از گرفتن شرح حال شما و انجام معاینه، تصویربرداری‌های مختلفی مانند سونوگرافی، سی تی اسکن و ... را درخواست می‌کند.

درمان انسداد روده چگونه است؟

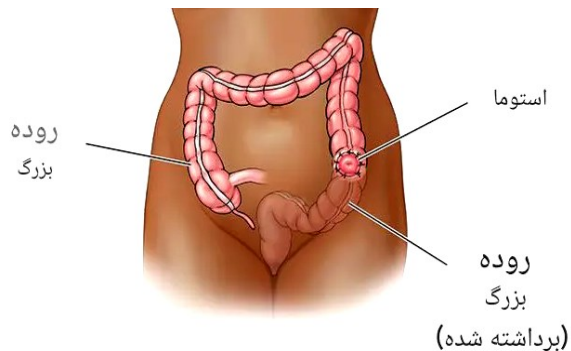
درمان انسداد روده به علت، شدت و محل آن بستگی دارد و می‌تواند شامل موارد زیر باشد:

درمان غیرجراحی (برای انسدادهای جزئی یا برخی علل):

- ناشتا بودن: قطع مصرف غذا و مایعات از راه دهان.
- تعبیه لوله معده: لوله‌ای که از طریق بینی وارد معده شده و به تخلیه مایعات و گاز از دستگاه گوارش کمک می‌کند.
- تزریق سرم و املاح: برای جبران کم‌آبی و عدم تعادل املاح بدن.
- داروها: مانند ملین‌ها یا داروهای کمکی برای حرکت روده (در موارد خاص).

درمان جراحی (برای انسدادهای کامل یا پیچیده):

- باز کردن انسداد: جراح سعی می‌کند علت انسداد را برطرف کند، مثلاً چسبندگی‌ها را جدا کند، فتق را ترمیم کند، یا تومور را بردارد.
- برداشتن بخشی از روده: در مواردی که بخشی از روده آسیب دیده یا غیرقابل بازیافت باشد، ممکن است نیاز به برداشتن آن قسمت و اتصال مجدد دو انتهای سالم روده باشد.
- ایجاد کولوستومی یا ایلیوستومی: در برخی موارد، ممکن است جراح لازم ببیند که یک انتهای روده را به شکلی موقت یا دائمی از طریق شکافی در دیواره شکم به بیرون هدایت کند تا محتویات روده تخلیه شوند.



چگونه در منزل از خود مراقبت کنیم؟

هدف اصلی در خانه، بازگشت تدریجی به تغذیه طبیعی، حفظ سلامت دستگاه گوارش و نظارت دقیق بر هرگونه علامت بازگشت مشکل است.

تغذیه و آبرسانی:

- معمولاً اولین مرحله، مصرف مایعاتی مانند آب، آب‌میوه‌های صاف‌شده (بدون پالپ)، ژلاتین، و آبگوشت صاف‌شده است.
- پس از تحمل مایعات شفاف، به تدریج غذاهای نرم و کم‌فیبر معرفی می‌شوند. این غذاها هضم آسان‌تری دارند و حجم مدفوع را کم می‌کنند.