



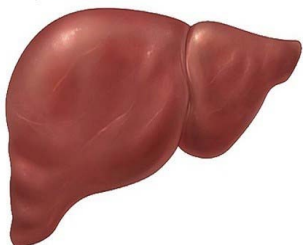
دانشگاه علوم پزشکی مشهد
دانشکده پرستاری و مامایی



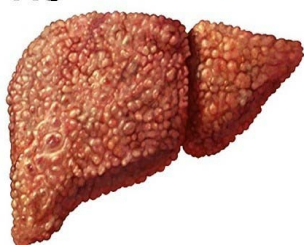
مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

سیروز کبدی

کبد سالم



کبد مبتلا به سیروز



تهیه و تنظیم: واحد آموزش سلامت

کد سند: ۰۰۹

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۲/۱۰/۰۱

شماره بازنگری: ۱۴۰۵/۱۰/۰۱

عنوان سند: پمفلت آموزش به بیمار

گروه هدف: بیماران

مراقبت ها:

- * از داروهایی مثل استامینوفن، مسکن و آرام بخش بدون دستور پزشک استفاده نکنید.
- * جهت کاهش ورم اندام ها طبق دستور پزشک داروهای ادرار آور تجویز می شود.
- * میان فعالیت و حرکت باید در حدی باشد که خسته نشوید.
- * روزانه وزن خود را کنترل کنید و در صورت لزوم هر روز دور شکم با متر اندازه گیری و ثبت شود.
- * در صورت آب آوردن شکم (آسیت)، تخلیه مایع شکم در واحدهای درمانی و بیمارستانی صورت می گیرد.
- * در صورت بروز گیجی و عدم آگاهی به مکان و زمان اطرافیان خود را مطلع سازید.
- * جهت جلوگیری از آسیب یا بریدگی استفاد از ریش تراش برقی و مسواک نرم توصیه می شود.
- * پزشک با انجام آزمایشات دوره ای در مورد زمان پیوند کبد تصمیم گیری می کند.



در صورت بروز موارد زیر به پزشک یا پرستار اطلاع دهید:

- * استفراغ خونی
- * مدفوع تیره
- * خون روشن در مدفوع
- * افزایش مایع در شکم
- * دست ها و پاها (ورم اندام ها)
- * تب



اینترنت گوشی خود را روشن کنید
و جهت دیدن مطالب بیشتر این کد
را با دوربین گوشی اسکن نمایید.



منبع علمی

www.Uptodate.com/Home

جهت پیگیری و سؤالات خود می توانید با "کلینیک پرستاری آموزش سلامت" تماس حاصل نمایید.
ساعات حضور: ۹-۱۲ روزهای غیر تعطیل
شماره تماس: ۳۵۴۲۳۹۷۰ - داخلی ۸۲۵۵ - ۸۲۸۷
آدرس: بیمارستان طالقانی - ساختمان درمانگاه تخصصی طبقه اول

سیروز کبدی چیست؟

سیروز یک بیماری مزمن کبدی است که عملکرد طبیعی کبد را متوقف می کند.

سیروز کبدی چگونه تشخیص داده می شود؟

- * تاریخچه پزشکی و معاینه فیزیکی
- * آزمایش های خونی
- * سونوگرافی، فیبرو اسکن
- * بیوپسی (نمونه برداری)
- * آندوسکوپی جهت بررسی واریس مری

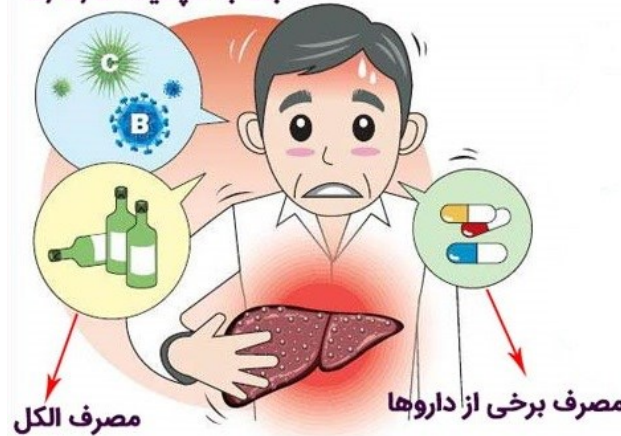
سیروز کبدی چگونه درمان می شود؟

- * درمان دارویی
- * از بین بردن علت اولیه بروز سیروز کبدی

علل سیروز کبدی شامل چه مواردی است؟

- * از مهمترین علل مصرف الکل می باشد.
- * کبد چرب
- * بیماری های خود ایمنی کبد
- * هپاتیت مزمن ویروسی

ابتلا به هپاتیت B, C, D



رژیم غذایی

- * گوشت بدون چربی، مرغ بدون پوست و شیر کم چرب استفاده شود.
- * برای پختن یا سرخ کردن از روغن یا کره به میزان اندک (در حد یک قاشق مرباخوری) استفاده کنید.
- * هر روز هویج یا اسفناج (تازه یک فنجان، پخته یک یا دو فنجان) میل کنید.
- * از غذاهای کم نمک استفاده شود و از استفاده از نمکدان سر سفره خودداری شود.
- * هر روز چهار نوع میوه میل شود.
- * علاوه بر مصرف روزانه منابع غذایی متنوع، ویتامین ب، اسید فولیک و در صورت لزوم ویتامین آ استفاده شود.



- * پرهیز از مصرف الکل و استعمال دخانیات مهم است.
- * از مصرف کردن تخم مرغ، قهوه، شکلات خودداری کنید؛ چرا که این مواد ارزش درمانی ندارند.
- * مصرف برخی مواد غذایی که حاوی مقادیر زیادی آنتی اکسیدان هستند، مفید است. آنتی اکسیدان ها از کبد محافظت می کنند. انواع کلم، آلو، کشمش، گریپ فروت، سیب و گلابی دارای مقادیر زیاد آنتی اکسیدان هستند.
- * سیب زمینی به علت داشتن پتاسیم بالا و هضم آسان، ماده غذایی خوبی برای افراد ناتوان و بیماران مبتلا به سیروز است و توصیه می شود این بیماران در رژیم غذایی روزانه خود مقداری سیب زمینی مصرف کنند.
- * نوشیدن الکل را متوقف کنید.
- * رژیم متعادل داشته باشید (در بیمارانی که آسیب یا ورم اندام دارند، مصرف نمک ممنوع است).
- * مصرف رژیم غذایی نرم جهت جلوگیری از زور زدن هنگام اجابت مزاج توصیه می شود.