مراجعه کننده ی گرامی ضمن خوش آمد گویی به شما که این مرکز را جهت درمان خود انتخاب نموده اید. این راهنما جهت اطلاع رسانی به شما تهیه شده است.

احتمال دارد هر فردی در طول زندگی خود دچار خونریزی دستگاه گوارشی شود، به ویژه در افراد بالای چهل سال شیوع این بیماری بیشتر است.

## علائم خونریزی گوارشی

دل درد، تهوع و استفراغ، مدفوع سیاه و خونی، ضعف عمومی، تپش قلب، شوک، سردی دست و پا، رنگ پریدگی، کاهش فشار خون، پوست سرد و مرطوب، کاهش و یا قطع ادرار و ازدیاد اوره خون.

خونریزی‌های دستگاه گوارش معمولا به صورت استفراغ خونی و شایع‌تر از آن، مدفوع سیاه رنگ و نسبتا شل (ملنا)، دفع خون از مقعد که به صورت خون روشن یا رگه‌های خون دیده می‌شود، خود را نشان می‌دهد. البته حالتی دیگر نیز وجود دارد که خود بیمار ممکن است علائم را مشاهده نکرده و فقط به صورت کم‌خونی ظهور کند.



بیماران باید توجه داشته باشند یبوست معمولا با تیره شدن رنگ مدفوع همراه است، ولی خونریزی‌های دستگاه گوارش به صورت مدفوع کاملا سیاه و شل نمایان می‌شود.

هم چنین در شرایطی که خونریزی تنها با کم خونی و علائمی هم چون تنگی نفس و کمبود انرژی بروز می کند، با مراجعه به پزشک و انجام آزمایشات لازم، باید نوع کم‌خونی مشخص شده و در صورت نیاز بررسی دستگاه گوارش نیز انجام شود.

هر بیماری که استفراغ خونی یا اسهال سیاه و شل داشته باشد، یا به هر شکلی خون از مـــقعدش دفع کند، باید برای بررسی‌های دستگاه گوارش به پزشک مراجعه کند تا علت خونریزی مشخص شود. بررسی و علت‌شناسی کم‌خونی و خونریزی، مهم‌ترین کاری است که باید مورد توجه باشد.

## علل خونریزی‌ها

خونریزی‌های معده و دوازدهه (ابتدای روده باریک) شایع‌ترین محلهای خونریزی میباشد.

* عفونت معده
* مصرف برخی داروها مثل: بروفن، دیکلوفناک و آسپیرین (بدون تجویز پزشک و بصورت خودسرانه)
* وجود تومورها
* زخم های ناحیه ی مری



مواقعی که رگه‌های خونی، اسهال خونی یا دفع خون از طریق مقعد وجود داشته باشند، باید برای تشخیص مواردی مانند هموروئید، شقاق، پولیپ‌ها، التهابات، زخم‌ها یا به ندرت تومورها بررسی‌های لازم توسط پزشک انجام شود.

بیماری‌های شقاق و هموروئید (بواسیر) معمولاً به علت یبوست ایجاد می‌شوند که باعث خونریزی مقعد می شوند.

بنابراین طیفی از درمان‌ها وابسته به تشخیص های مختلف وجود دارد که با معاینات و آزمایشات لازم شروع می‌شوند.

## تشخیص بیماری

برای تشخیص علت خونریزی گوارشی و آگاهی از محل خونریزی اقدامات زیر توسط کادر درمان صورت می گیرد:

* گرفتن شرح حال از بیمار
* معاینات بالینی
* آزمایش خون از نظر میزان کم خونی
* آزمایش مدفوع
* آندوسکوپی و یا کولونوسکوپی
* آنژیوگرافی (عکسبرداری عروقی)

## درمان

درمان خونریزی گوارشی بستگی به علت بروز آن دارد؛ مثلا در صورتی که علت خونریزی وجود زخم و یا سوراخ شدن معده و اثنی عشر (دوزادهه) باشد، باید با جراحی، محل خونریزی را بست و اگر علت آن عفونت های متعدد باشد، باید عفونت ها را درمان کرد.

## پیشگیری

* میکروب عفونت معده (که هلیکوباکتر نامیده می شود.) از طریق دهان و عدم رعایت بهداشت هنگام غذا خوردن وارد بدن فرد می شود. بنابراین با رعایت بهداشت هنگام آب و غذا خوردن باید از بروز مشکلات پیشگیری کنیم.

* رعایت رژیم غذایی یکی از موارد مهم دیگر برای پیشگیری از خونریزی گوارشی است؛ به عنوان مثال هر گونه غذایی که آمیخته به نمک باشد، مانند خیارشور و ترشی‌ها، غذا و آب آلوده به نیترات و مواد نگهدارنده، مصرف سیگار و غذا خوردن تند و با عجله می‌تواند در بروز این مشکل موثر باشد.

* خوردن میوه و سبزی به مقدار کافی در طول روز، عاملی موثر برای پیشگیری از ایجاد این عوارض است. مثلا بهتر است فرد هنگام صبحانه به جای قند، خرما بخورد، یا مثلا میان وعده‌ها را از سبزی‌ها انتخاب کند یا همراه با غذا سالاد میل کند.

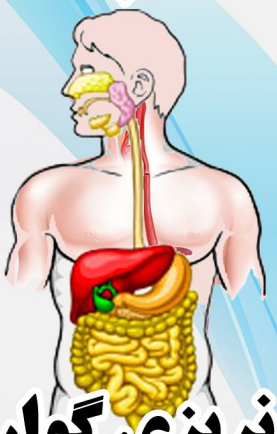


* سرطان روده بزرگ از معدود سرطان‌های قابل پیشگیری است و به همین دلیل باید با بررسی‌های لازم از بروز آن جلوگیری کرد. لذا توصیه می‌شود همه افراد، حتی کسانی که هیچ علامت و سابقه بیماری روده ندارند، از سن ۵۰ سالگی هر ده سال یک بار کلونوسکوپی را انجام دهند. در ضمن انجام ورزش و مصرف غذای سالمی که چرب نباشد و کنترل وزن نیز برای پیشگیری موثر است.
* بهترین کار برای پیشگیری از بروز خونریزی گوارشی، انجام ورزش منظم و داشتن تغذیه مناسب و آرامش روانی است.
* بیماری‌های التهابی روده بزرگ نیز یکی از علل خونریزی گوارشی هستند. مهم‌ترین علت بروز و شعله‌ورشدن این بیماری، مسائل ذهنی و روانی است، به این معنی که انواع استرس و نگرانی‌ها میتوانند این بیماری را شعله‌ور کنند.

**منابع:**
۱. راهنمای آموزش مددجو برای مراقبت در منزل، فاطمه علایی
۲. داخلی جراحی برونر و سودارث، گوارش، ۲۰۱۰



بیمارستان حضرت آیت ا... العظمی گلپایگانی (ره)
مدیریت خدمات پرستاری و مامائی



# خونریزی گوارشی

*Gastrointestinal bleeding*

تهیه کننده:
واحد آموزش به بیمار و ارتقاء سلامت همگانی

www.golpayegani-h.ir
۰۲۵ ۳۶۱۶۱۱۱۱

کد سند: PLACED۰۹۶۲ – تاریخ ثبت: ۱۳۹۳/۰۹/۲۴ –شماره ویرایش:۷– تاریخ بازنگری ۰۶/۰۵/۰۲/۱۴۰۰