



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان

سیروز کبدی

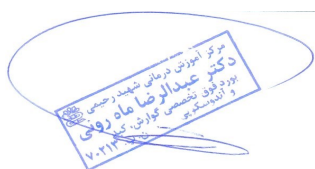


کبد سالم

سیروز

شناسنامه ی بروشور آموزشی

عنوان	سیروز کبدی
تهیه و تنظیم	فاطمه کاظمی نیا
سمت	کارشناس پرستاری
تایید کننده و نظارت	کارگروه آموزش به بیمار
سال بازنگری	1405
ناظر کیفی	
دکتر عبدالرضا	
ماهرویی	



واحد آموزش به بیمار و ارتقاء سلامت همگانی

* بیمار بینی خود را به آرامی تمیز کند، در صورت نیاز از کمپرس سرد برای کاهش خونریزی استفاده شود،

* از غذاهای سرشار از ویتامین C (مرکبات، گوجه فرنگی، آناناس) استفاده شود و از اقدامات حمایتی برای پیشگیری از سقوط استفاده شود.

* هر روز دورشکم با متر اندازه گیری و ثبت شود. در صورت آسیت، محدودیت مصرف نمک و مایعات رعایت شود و علائم به پزشک اطلاع داده شود.

* جهت فعالیت هیچ محدودیتی وجود ندارد اما در صورت بروز تب، خونریزی، آسیت و سایر مشکلات باید با احتیاط عمل شود.

منابع: کتاب آموزش به بیمار و خانواده

تالیف: فاطمه غفاری و زهرا فتوکیان

شماره تلفن بیمارستان: ۳۳۳۳۶۱۴۲-۸

بخش آندوسکوپی: ۲۰۷۴

آموزش همگانی: ۳۳۳۳۸۱۵۶

وب سایت: rahimi.Lums.ac.ir



سایر نکات آموزشی:

* توصیه به استفاده از تکه های یخ برای کاهش تهوع

* جهت درمان یبوست توصیه به استفاده از مایعات و ورزش.

* توصیه به مراقبت از پوست: تغییر وضعیت، اجتناب از مصرف صابون و محلول های الکلی برای تمیز کردن پوست، استفاده از مواد نرم کننده برای ماساژ پوست و ورزش مفاصل و اندام ها.

* توصیه به اینکه در صورت بروز علائم خونریزی (خونمردگی، خونریزی از بینی و لثه، وجود خون در مدفوع) به پزشک اطلاع داده شود، از مسواک نرم جهت بهداشت دهان شود.

* از آنجایی که متابولیسم بسیاری از داروها از راه کبد صورت می گیرد، توصیه به این که از مصرف خودسرانه داروها اجتناب شود.



سیروز کبدی

- * سیروز: بیماری مزمنی است که با جایگزینی فیبروز به جای بافت طبیعی کبد و در نتیجه بهم خوردن ساختار و عملکرد کبد مشخص میشود.
- * ازمهم ترین علل سیروزی توان به هپاتیت B و C مزمن، مصرف بیش از حد مشروبات الکلی، اختلال در مسیر خروجی خون از کبد، هموکروماتوز (افزایش آهن در کبد)، بیماری ویلسون، کمبود آلفا یک آنتی تریپسین، بیماری ذخیره ای گلیکوژن، هپاتیت خودایمن، انسداد طولانی مدت مجاری صفراوی، بعضی از انواع بیماری ها قلبی، واکنش شدید نسبت به برخی داروها و سموم مثل متوتروکسات، آمیودارون و سمومی چون حشره کشها، شیسستوزوما (نوعی عفونت الکلی)، سوء تغذیه و علل ارثی اشاره کرد.

علائم بالینی:

- * سه نوع سیروز کبدی وجود دارد: سیروز الکلی، سیروز پس از نکرور، سیروز صفراوی.
- علائم سیروز در مراحل اولیه معمولاً خستگی، ضعف، بی اشتها، تهوع، کاهش وزن، بزرگ شدن عروق خونی به شکل عنکبوت در زیر پوست، ریزش مو، بزرگ شدن سینه در آقایان، تجمع مایع در شکم و پاها، کاهش میل جنسی و کاهش میل جنسی در آقایان، استشمام بوی نامطبوع از بیمار، اسهال چرب، بروز لکه های خون مرده در پوست، خارش و استفراغ خون.

فعالیت:

- جهت فعالیت هیچ محدودیتی وجود ندارد اما در صورت بروز تب، خونریزی، آسیت و سایر مشکلات باید با احتیاط عمل شود.

تغذیه:

- * توصیه به مصرف سبزیجات و میوه های تازه به اندازه دلخواه.
- * توصیه به جای استفاده از پروتئین گوشت قرمز از انواع پروتئین های دیگر مثل پروتئین های گوشت ماهی و مرغ مصرف شود.
- * از مصرف مشروبات الکلی پرهیز شود.
- * توصیه به مصرف ویتامین ها بخصوص A, C, K.
- * مصرف غذا در وعده های زیاد با حجم کم (به جای سه وعده غذایی شش وعده غذایی) استفاده شود.
- * توصیه به مصرف رژیم غذایی سرشار از کالری و دارای مقادیر متوسط پروتئین (روزانه یک الی یک و نیم گرم به ازاء هر کیلو گرم وزن پروتئین)