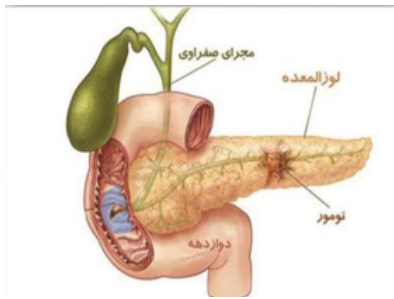




مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی پیامبر اعظم (ص)  
بندرعباس

## پانکراتیت



شناسنامه پمفلت آموزشی کد: P.E:1401/07/30-00130

| عنوان   | پانکراتیت            |
|---|----------------------|
| تهیه کننده  | رقیه کوهستانی        |
| نایب کننده  | کمیته آموزش به بیمار |
| سال بازنگری   | ۱۴۰۴/۰۱/۱۵           |
| ناظر کیفی: سوپروایزر آموزش سلامت  |                      |
| نایب کننده علمی: آقای دکتر مجتبی خادمی - فوق تخصص بیماریهای کبد و گوارش |                      |



- داروها را طبق نظر پزشک و در فواصل منظم مصرف کنید و از قطع دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید.
- از مصرف غذاهای سنگین و پر حجم خصوصا در زمان شب خودداری کنید.
- در صورتی که پانکراتیت شما باعث بروز علائم افسردگی شده است، با یک روانپزشک صحبت کنید.

### در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- اگر شما یا یکی از اعضای خانواده دارای علائم پانکراتیت حاد باشید. در صورت بروز علائم زیر در حین یا پس از درمان:
- یرقان یا زردی پوست و چشمها.
- تب ۳۸/۳ درجه سانتیگراد یا بالاتر کاهش وزن مداوم.
- علائم کمبود کلسیم نظیر انقباضات عضلانی یا تشنج اگر علائم زیر را داشتید هر چه سریع تر با نزدیکترین اورژانس بیمارستان یا با پزشک خود تماس بگیرید.
- درد شدید شکمی که بیش از ۳۰ دقیقه طول کشیده است.
- درد همراه با تهوع شدید یا استفراغ.

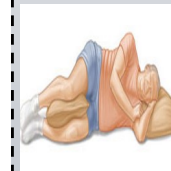
### ”سالم و تندرست باشید“

#### منبع:

ترجمه عالیخانی، مریم، مراقبت های پرستاری داخلی و جراحی برونر و سودارت ۲۰۲۲، ویراست پانزدهم، انتشارات جامعه نگر.

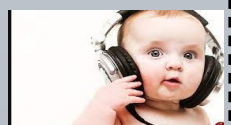
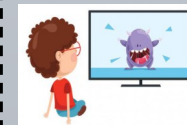
### آموزش به بیمار

- از غذاهای زود هضم و کم چرب استفاده شود( غذاهای دیر هضم شامل سوسیس و کالباس می باشد)
- از وعده های غذایی کم حجم در دفعات بیشتر استفاده شود.
- مصرف الکل و سیگار قطع شود.
- از مصرف مواد محرک مانند کافئین دار مانند چای و قهوه و... خودداری کنید.
- جهت جلوگیری از یبوست از مواد غذایی پرفیبر مانند سبزی، میوه و مایعات فراوان استفاده کنید.
- مواد و ترکیبات موجود در روغن زیتون تازه و ماهی به بهبود علائم پانکراتیت یا التهاب لوزالمعده کمک می کند.
- با برطرف شدن علائم بیماری می توانید با نظر پزشک فعالیت طبیعی خود را به تدریج از سر بگیرید.
- در پانکراتیت مزمن محدودیتی از نظر فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری وجود ندارد.



وضعیت نشسته در حالی که تنه خم شده یا وضعیت خوابیده به پهلو در حالی که زانوها به سمت شکم شده اند، جهت کاهش درد مناسب است.

- روش های شل کنندگی نظیر تنفس عمیق و روش های خیال انگیز و پرت کننده حواس نظیر گوش دادن به موزیک، تماشای تلویزیون و خیاطی برای کاهش درد کمک کننده است.



پانکراس یا لوزالمعده غده ی بزرگی است که در قسمت بائین شکم، پشت معده قرار دارد. لوزالمعده، هورمونها و آنزیم های گوارشی تولید می کند که باعث هضم غذا می شود. در پانکراتیت حاد آنزیم هایی که به طور معمول توسط لوزالمعده تولید شده و به مجرای گوارشی می ریزد، شروع به تخریب خود لوزالمعده می کند و غده ی لوزالمعده را دچار تورم و التهاب می کند. پانکراتیت مزمن معمولا در پی حملات مکرر پانکراتیت حاد بروز می کند، زیرا لوزالمعده در بین حملات کاملا بهبود نمی یابد. لوزالمعده در جریان این عارضه، به تدریج توانایی خود در تولید آنزیم های هضم کننده و هورمون های لازم برای سلامت بدن را از دست می دهد.

## علل

از عللی که در بروز پانکراتیت دخالت دارند به موارد زیر می توان اشاره نمود:

- اعتیاد به الکل
- بیماریهای کیسه صفرا یا مجاری صفراوی
- انسداد مجرای لوزالمعده در اثر سنگ، جوشگاه تشکیل شده در اثر التهاب یا رشد آهسته سرطان
- آسیب و ضربه شکمی یا جراحی شکم
- برخی عفونتها مانند اوریون و هپاتیت ویروسی
- بالا بودن چربیهای خون
- تومورها

## عوامل افزایش دهنده خطر: از عواملی که باعث افزایش خطر در

فرد می شود به موارد زیر می توان اشاره نمود:

- تغذیه نامناسب و چاقی
- سوء مصرف الکل
- مصرف داروهایی مانند کلروتیازید، داروهای سرکوب کننده ایمنی و داروهای ایدز

## علائم و نشانه ها:

### علائم پانکراتیت حاد شدید عبارتند از:

شایع ترین علامت درد شکمی شدید در ناحیه ی پائینی شکم است که شدت آن از قابل تحمل تا شدید متغیر است. درد معمولا در قسمت میانی تنه و زیر دنده ها رخ می دهد. اما گاهی این درد در طرف راست یا چپ شکم نیز حس می شود. این درد، دردی دائمی با حالت سوراخ کننده یا سوزشی است. درد می تواند به پشت، پهلوها، قفسه ی سینه یا پایین شکم انتشار یابد. اغلب درد بسیار سریع و در طی حدود سی دقیقه به حداکثر شدت خود می رسد. تهوع و استفراغ، تورم و نفخ شکم، بی اشتها، درد عضلانی، در موارد شدید ممکن است تب، دشواری در تنفس، افت فشارخون، ضعف و شوک رخ دهد.

### علائم پانکراتیت مزمن عبارتند از:

درد پایدار خفیف تا شدید اغلب پس از غذا، در قسمت بالینی شکم که گاهی به پشت یا سراسر شکم انتشار دارد. این درد ممکن است حالت مبهم، سوزشی، مالشی یا خنجری داشته باشد. دوره های درد ممکن است روزها یا هفته ها و به ندرت کمتر از یک روز ادامه دارد. یرقان یا زردی پوست و چشمها، کاهش وزن سریع

## تشخیص: بررسی علائم ظاهری بیمار، گرفتن شرح حال و معاینه ی

جسمی

- آزمایش های خون و ادرار (آزمایش خون نشانگر افزایش دو آنزیم لوزالمعده است).

- تصویربرداری با روش سی تی اسکن که تورم لوزالمعده و تجمع مایع در شکم را نشان می دهد. رادیوگرافی شکم، سونوگرافی

لوزالمعده، آندوسکوپی روش های دیگر می باشند.



## درمان

- پانکراتیت حاد اغلب با مراقبتهای ویژه بهبود می یابد. در پانکراتیت حاد معمولا بستری کردن بیمار در بیمارستان برای تجویز مایعات وریدی، کنترل درد و استفراغ و اصلاح اختلالات کمبود کلسیم و منیزیم لازم است.

- جراحی ممکن است در موارد وجود سنگهای صفراوی، زخم معده سوراخ شده یا تخلیه منع عفونت الزم باشد.

- درمان پانکراتیت مزمن ممکن است به طور سرپایی با تجویز داروها، تنظیم رژیم غذایی، و منع مصرف الکل صورت گیرد.

## عوارض:

- دیابت شیرین
- کمبود مزمن کلسیم
- عفونت ثانویه باکتریایی لوزالمعده، خونریزی شدید و تخریب لوزالمعده، تشکیل کیست یا آبسه در لوزالمعده

