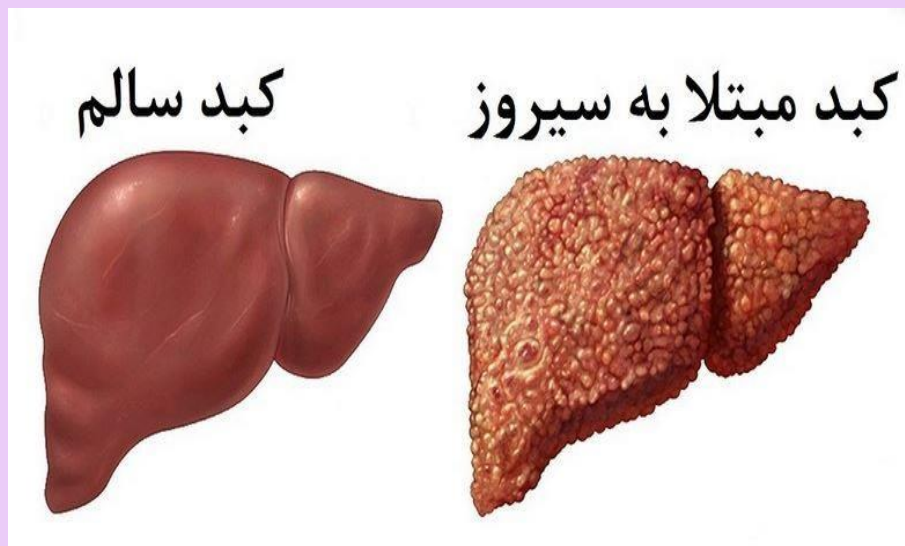




بیمارستان
دکتر
مجیبیان



راهنمای خودمراقبتی

بیماران

سیروز کبدی

مقدمه:

کبد، بزرگترین عضو بدن بوده و وظیفه دفع کردن سموم یا خنثی کردن آن ها را دارد. کبد پروتئین هایی که انعقاد خو را تنظیم می کنند تولید نموده و صفرا می سازد که به جذب چربی ها و ویتامین های محلول در چربی کمک می کنند. در سیروز کبدی، بافت های جوشگاه جایگزین بافت سالم و طبیعی می شود و جریان خون را در درون کبد مختل می کند و از کارکرد طبیعی آن جلوگیری می کند.

از مهم ترین علل سیروز می توان به هپاتیت B و C مزمن، علل ارثی و مصرف بیش از حد مشروبات الکلی اشاره کرد.

تأیید کننده:

دکتر رحیم پور (فوق تخصص گوارش)

تنظیم کننده:

دفتر پرستاری

(دپارتمان آموزش به بیماران)

نشانه ها:

با افت عملکرد کبد علائم زیر ایجاد می شود: فرسودگی، خستگی، بی اشتها، تهوع، ضعف، درد شکمی، رگ های خونی عنکبوتی شکل بر روی شکم، کاهش وزن.

عوارض:

ورم و آسیت: زمانی که کبد توانایی اش را برای ساخت پروتئین آلبومین از دست می دهد باعث می شود آب در پاها (ورم) و شکم (آسیت) تجمع یابد، کبودی و خونریزی، زرد شدن پوست و چشم ها، خارش، سنگ صفراوی، اسهال چرب.

اقدامات تسکین دهنده:

توصیه به استفاده از تکه های یخ برای کاهش تهوع

جهت درمان یبوست مصرف مایعات فراوان در صورت عدم مشکل قلبی یا کلیوی

توصیه به مصرف سبزیجات و میوه های تازه

توصیه به استفاده از گوشت ماهی و مرغ به جای گوشت قرمز

توصیه به مصرف ویتامین ها به خصوص A, C و K

مصرف غذا در وعده های زیاد با حجم کم.

توصیه به مراقبت از پوست: تغییر وضعیت، اجتناب از مصرف صابون و محلول های الکل برای تمیز کردن پوست، استفاده از مواد نرم کننده برای ماساژ پوست.

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

از آنجایی که متابولیسم بسیاری از داروها از راه کبد صورت می گیرد، از مصرف خودسرانه داروها اجتناب کنید.

در صورت بروز علائم خونریزی از بینی یا لثه و یا وجود خون در مدفوع اقدامات زیر را انجام دهید: از مسواک نرم جهت بهداشت دهان استفاده شود، بینی خود را به آرامی تمیز کنید، در صورت نیاز از کمپرس سرد برای کاهش خونریزی استفاده کنید، از غذاهای سرشار از ویتامین ث مثل مرکبات، گوجه فرنگی و ... استفاده کنید.

بین فعالیت و استراحت تعادل برقرار کنید.