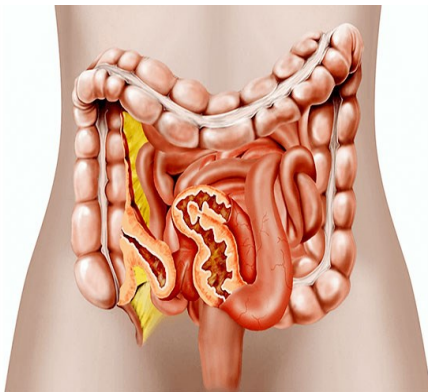




مرکز آموزشی پژوهشی و درمانی قائم (ع)
واحد آموزش بهار و خانواده

درباره کرون (بیماری التهابی روده) بیشتر بدانیم.



با رویکرد خودمراقبتی و آموزش به مددجو

تاریخ ویرایش: بیست فروردین ۱۴۰۰

تاریخ بازنگری: بیست فروردین ۱۴۰۲

کد بازنگری: ۰۰۵



کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در درمانگاه مرکزی بیمارستان قائم (عج) اتاق ۱۴ با کادری مجرب همه روزهای هفته به جز یکشنبه و پنجشنبه از ساعت ۸:۳۰ تا ۱۱:۳۰ بصورت رایگان آماده پاسخگویی به سوالات شما بصورت حضوری یا غیر حضوری با شماره ۰۵۱-۳۸۰۱۲۵۵۱ (ساعت ۱۱ تا ۱۲ پاسخگویی تلفنی) می باشد.



مددجو و همراه گرامی

با شناسه پیگیری که در خلاصه پرونده یا برگه آزمایش است می توانید کلیه آزمایشات معوقه را از طریق آدرس زیر پیگیری کنید

<https://labresult.mums.ac.ir/>

منبع:

1. <https://medlineplus>.

2. <https://www.clinicalkey.com>

سایر توصیه ها:

داروهای ضد التهاب: اغلب اولین قدم در درمان کرون است که شامل سولفاسالازین و مزالازین، پردنیزولون و بودزوناید، آزاتیوپورین، اینفلیکسی مپ (رمی کید)، آدالیمومپ (سینورا) می باشد.

❖ **داروی سولفاسالازین:** بعد از غذا و همراه با یک لیوان پر آب مصرف شود. قرص را به صورت کامل بلعید، نباید آن خرد یا نصف کنید. تا ۴ ساعت بعد از خوردن دارو از خوردن آنتی اسید، آهن و فولیک اسید پرهیز کنید. ممکن است رنگ اشک، ادرار و عرق زرد تا نارنجی شود که طبیعی می باشد.

❖ **داروی مزالازین:** نوع خوراکی آن باید به صورت کامل بلعیده شود از خرد کردن یا نصف کردن آن پرهیزید. نوع شیاف آن باید برای مدت ۲ ساعت در مقعد باقی بماند. دوز معمول نوع انما یک بار در روز به هنگام خواب است که بهتر است قبل از هر بار استفاده، تخلیه روده صورت بگیرد و حدود ۸ ساعت در رکتوم باقی بماند.

❖ **داروی پردنیزولون:** بهتر است بعد از غذا استفاده شود. به خاطر داشته باشید که **نباید داروها را یکدفعه قطع کنید.**
❖ **اینفلیکسی مپ (رمی کید)، آدالیمومپ (سینورا):** داروهای تزریقی هستند که در صورت صلاحدید پزشک توسط پرستار اجرا می شود.

❖ **آنتی بیوتیک ها:** همچون مترونیدازول و سیپروفلوکساسین به عنوان کاهش التهاب ناشی از باکتری ها استفاده می شود.

❖ **مکمل ها:** از جمله آهن برای جوگیری از کم خونی



آموزش به بیمار و خانواده

- ۱- استرشی شدید یا تغییرات جدید تاثیرگذار در زندگی را مدیریت نمایید (می توانید از روانشناس کمک بگیرید).
- ۲- هیچ درمان قطعی برای درمان این بیماری وجود ندارد اما داروهای مناسب تا حد زیادی علائم را کاهش و حتی برای مدت زمان زیادی خاموش نگه می دارند .
- ۳- غذاهایی که شدت علائم شما را بیشتر می کند را به یاد بسپارید. غذا در وعده های بیشتر و در حجم کمتر باشد تا دردهای شکمی پس از صرف غذا ایجاد نشود .
- ۴- ادویه جات و چاشنی هایی که تحمل نمی شوند؛ مصرف نشود.
- ۵- مصرف محصولات لبنی را کاهش دهید. لاکتوز (قندی که به طور طبیعی در شیر وجود دارد) تحمل نمی شود و بهتر است از ماست و به خصوص از نوع پروبیوتیک آن استفاده شود
- ۵- از مصرف غذاهای سرخ شده و چرب، کره و خامه پرهیز کنید زیرا می تواند باعث تشدید اسهال و ایجاد نفخ شود.
- ۵- غذاهای کم فیبر و کم باقیمانده توصیه می شود. مغزهای روغنی، حبوبات، سبزیجات و میوه های خام، ذرت، آرد گندم سبوس دار سرشار از فیبر است در مراحل حاد بیماری و در صورت ایجاد ناراحتی کمتر مصرف شود.
- ۶- در صورت عدم تحمل بهتر است سبزیجات و میوه ها پخته و بخار پز مصرف شود.
- ۷- در صورت اسهال دریافت آب و مایعات باید افزایش یابد



عوامل تشدید کننده بیماری کرون چیست؟

* استرس * قطع مصرف دارو * سابقه خانوادگی بیماری کرون * سیگار کشیدن

کرون با چه روش هایی تشخیص داده می شود؟

آزمایش خون: برای بررسی کم خونی و یا نشانه عفونت سیگموئیدوسکوپی: به وسیله آندوسکوپ (وسیله ای برای دیدن روده) فقط قسمت انتهایی روده بزرگ (سیگموئید) بررسی می شود.

بلع باریم: در این تست، روده کوچک که در کولونوسکوپی قابل بررسی نیست، با خوردن یک مایع حاوی باریم عکس برداری انجام می شود.

سی تی اسکن: روشی است که در حین و پس از تزریق ماده حاجب عکسبرداری انجام می شود.

به شرط استفاده مادام العمر دارو و قطع نکردن مصرف دارو که امری خطرناک است، می توانید ازدواج، و دارای فرزند شده، تحصیل کرده ، مسافرت کنید و همانند سایر افراد، مادام العمر زندگی عادی داشته باشید .

مددجوی گرامی این برکه آموزشی، حاوی نکاتی جهت افزایش آگاهی شما در رابطه با کرون (بیماری التهابی روده) است . امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده ، هر چه سریعتر سلامت خود را بازیابید.



کرون (بیماری التهابی روده) چیست ؟

کرون یک بیماری التهابی روده است که التهاب به عمق بافت های آسیب دیده روده نفوذ می کند. بیماری ممکن است تنها قسمت انتهایی روده کوچک (ایلئوم) و یا سرتاسر روده بزرگ (کولون) را درگیر نماید. استرس و رژیم غذایی از علل تشدید بیماری هستند نه از علل بروز آن. احتمالاً نقص ایمنی و وراثت از دلایل احتمالی بیماری هستند .

کرون چه علائم بالینی ایجاد می کند؟

- * درد شکمی همراه با دل پیچه و اسهال مزمن
- * گاهی درد در قسمت پایینی شکم در سمت راست که ممکن است با التهاب آپاندیس اشتباه گرفته شود.
- * کاهش اشتها و وزن-خستگی مفرط
- * گاهی اجابت مزاج خونی و تب

علائم هشدار دهنده کدام اند؟

* اسهال مزمن * کاهش وزن * درد پیچشی شکم

کرون ممکن است با درد و التهاب مفاصل و ستون فقرات ، بیماری های پوستی، کبدی و چشمی همراه باشد.