

این راهنما جهت آشنایی شما با بیماری توده معده تهیه شده است. امیدواریم که این محتوا در روند درمانی شما مفید واقع شود.

ماهیت بیماری

این توده یکی از توده های شایع در کشور ما می باشد ، اگر زود تشخیص داده شود بطور کامل قابل درمان است .

داشتن یک یا چند مورد از این علائم ممکن است در بیماری های دیگر معده نیز وجود داشته باشدو در صورت داشتن این علائم با مراجعه به پزشک ، راهنمایی لازم به شما خواهد شد:

- احساس ناراحتی سردل (سوء هاضمه)
- کاهش اشتها
- وجود خون در مدفوع که بصورت مدفوع سیاه رنگ خود را نشان می دهد.
- علائم کم خونی مانند سرگیجه ، کم حوصلگی ، کم رمقی
- کاهش وزن
- استفراغ خونی
- درد شکم و سیری زود رس

علائم و نشانه ها

عوامل مؤثر در ایجاد توده معده

توده معده در مردان ۲ برابر زنان و در افراد ، در سنین بالای ۵۵ سال دیده می شود.

اگر شما دارای هر یک از عوامل خطر زیر هستید نسبت به جمعیت عادی جامعه شانس بیشتری برای ابتلا به توده معده دارید.

۱- عفونت معده با هلیکوباکتر

۲- سابقه فامیلی مثبت از توده معده

۳- کشیدن سیگار

۴- مصرف غذاها و گوشت دودی و نمک سود ، کنسرو ها و مواد غذایی حاوی نیترات زیاد

۵- مصرف کم میوه جات و سبزیجات

در صورتیکه شما دارای عوامل خطر بالا و علایم همراه هستید باید با مراجعه به پزشک با انجام آزمایش های غربالگری و رژیم غذایی در پیشگیری و تشخیص زودرس این توده به خود کمک کنید

متأسفانه عادات غذایی ایرانی ها مصرف غذاهای شور و ترشیجات است که اینها ، عوامل خطر ثابت شده برای ابتلا به توده معده هستند .

هلیکوباکتریلوری، نوعی باکتری با قدرت سازگاری بسیار بالاست که می تواند در معده زنده بماند و رشد کند. این باکتری سبب اختلالات گوارشی متعدد ، عفونت ، زخم و التهاب معده انسان می شود و از فرد مبتلا به دیگران قابل انتقال است.

پیشگیری

۱- نکشیدن سیگار و قلیان از عوامل مهم در جلوگیری از ابتلا به توده معده است.

۲- فعالیت ورزشی منظم انجام دهید.

۳- از رژیم غذایی حاوی میوه و سبزیجات استفاده کنید.

۴- حداقل امکان از غذاهای تازه و غیر کنسروی استفاده کنید. کنسروها و کمپوت ها حاوی مواد نگهدارنده (نیترات) هستند که نقش مهمی در ایجاد توده دارند.

۵- مصرف غذاهای چرب و سرخ کردنی را به حداقل برسانید.

۶- بیشتر از گوشت کم چربی و ماهی استفاده کنید.

۷- از مصرف غذاهای پر نمک بپرهیزید +

۱ - گرفتن شرح حال و وجود یا عدم وجود سابقه توده معده در فامیل

۲- تست خون مخفی در مدفوع

۳- گرفتن رادیوگرافی با ماده حاجب

۴- آندوسکوپی همراه با برداشت نمونه



رادیوگرافی معده

روش های درمانی

درمان بیماران بر اساس وضعیت بیمار، اندازه توده و محل آن، میزان تهاجم به بافت اطراف و مرحله بیماری صورت می گیرد که شامل جراحی، شیمی درمانی و یا همراه با پرتو درمانی است.

بسیاری از بیماران مبتلا به توده دچار کاهش اشتها می شوند. تهوع، استفراغ و همچنین عمل جراحی باعث سیری زودرس آنها می شود ولی تغذیه مناسب در این بیماران برای بازسازی بافت جدید ضروری است. رژیم استاندارد، پروتئین و تأمین کالری کافی از طریق مشورت با یک کارشناس تغذیه اهمیت بسیار دارد.

جهت دریافت خدمات آموزشی در رابطه با بیماری ها و سوالات احتمالی با کلینیک پرستاری آموزش سلامت به صورت مراجعه حضوری یا تماس تلفنی در ارتباط باشید.
ساعت فعالیت: همه روزه صبح ها ۸-۱۳

شماره تماس: ۰۸۴۲۶۰۸۴ ، داخلی ۸۵۴۴ - ۸۶۲۲

روش های دسترسی به آموزش های مجازی بیمارستان:

۱. وب سایت بیمارستان به آدرس
<https://omid.mums.ac.ir/index.php/nursing-services/amoozesh-salamat/43-uncategories/447-brochure>



۲. اسکن بارکد مقابل با نرم افزار بارکدخوان تلفن همراه و ورود مستقیم به صفحه مطالب آموزشی سایت

منبع: وب سایت Med line plus



دانشگاه علوم پزشکی مشهد
Mashhad University of
Medical Sciences

آموزش به بیمار

تاریخ صدور: ۱۴۰۱/۰۴/۰۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۴/۰۱

کد بازنگری: OH-PE-B12/01

آشنایی با توده معده



مرکز آموزشی - پژوهشی و درمانی امید

واحد آموزش سلامت