

## بیماری سیروز کبدی

به نارسایی عملکرد کبد در اثر علل مختلف سیروز کبد می گویند. کبد سالم و مبتلا به سیروز:



وزن کبد در حالت معمولی در حدود ۱/۵ کیلوگرم و بزرگترین غده ی بدن می باشد. کبد در قسمت ربع فوقانی سمت راست شکم و پشت دنده های تحتانی قرار دارد.

چنان چه کبد به دلیل عفونت یا التهاب مزمن فرسوده شود اصطلاحاً سیروز کبدی نامیده می شود.

### علل سیروز کبدی:

مصرف طولانی مدت و افراطی الکل، ابتلا به هپاتیت های ویروسی B-C ، بیماری های ارثی، انسداد مجاری صفراوی، داروها، سموم، عفونت،

بعضی بیماری های متابولیک مثل دیابت، نارسائی قلبی و....

### علائم سیروز کبدی

علائم سیروز کبدی در مراحل اولیه بسیار کم می باشد، و به تدریج به موازات آسیب دیدن بیشتر کبد، مشکلات نیز قابل توجه تر می شود. کبد در مرحله اولیه سیروز با وجود آسیب دیدن، همچنان عملکردی مناسب دارد؛ همگام با پیشرفت بیماری، علائم نیز در نتیجه اختلال عملکرد این عضو نمودار می شود

### علائم اصلی سیروز کبدی عبارتند از:

خستگی و ضعف - کاهش اشتها - کاهش وزن و تحلیل رفتن عضلات - حالت تهوع و استفراغ - درد اطراف کبد - خط های قرمز کوچک (مویرگ های خونی) روی پوست در ناحیه بالای کمر - خارش شدید پوست - زرد شدن پوست و سفیدی چشم (زردی) - خونریزی و کبود شدگی آسان تر و بیشتر بدن، برای مثال افزایش تعداد دفعات خون دماغ شدن یا خونریزی لثه - ریزش مو - حمله تب و لرز - ورم کردن پا و مچ پا - ورم کردن شکم به دلیل انباشته شدن مایع (آب آوردن شکم یا آسیت) .. به علاوه بیمار با تغییر ویژگی های شخصیتی، اختلال های خواب (بی خوابی)،

از بین رفتن حافظه، گیجی و دشواری در تمرکز روبه رو می شود.

### درمان:

درمان دارویی و رعایت رژیم غذایی و عمل به توصیه های پزشک معالج کمک کننده است.

### آموزش خودمراقبتی:

- عدم مصرف الکل و داروهای محرک کبد (مثل استامینوفن)
- در صورت مسافرت طولانی، در خصوص تزریق واکسن هپاتیت با مراقبان بهداشتی مشورت لازم را انجام دهید.
- از مصرف غذاهای حاوی نمک خودداری کنید. (عدم مصرف غذاهای کنسرو شده و کبابی)
- استفاده از غذاهای پریپتاسیم (مثل موز، زردآلو، طالبی و سیب زمینی)



- عدم انجام فعالیت های که موجب افزایش فشار داخل شکم می شود {سرفه و عطسه شدید و بلند کردن



## سیروز کبدی



تهیه و تنظیم:

طاهره موحد کارشناس پرستاری

زیر نظر

آقای دکتر امین صدرآذر (رئیس بخش)

تاریخ تدوین: ۱۳۹۶

تاریخ بازنگری بهار ۱۴۰۱

تماس با افرادی که مبتلا به بیماری عفونی هستند اجتناب کنید.

- در صورت سیاه شدن مدفوع بلافاصله به پزشک مراجعه کنید.
- از صابون های محرک روی پوست استفاده نکنید.
- جهت کنترل خارش پوست، محیط را سرد نگه داشته و از لباس های نخی و گشاد استفاده کنید.
- مراقب افزایش وزن خود باشید و در صورت افزایش وزن بیش از ۲ کیلوگرم یا افزایش دور شکم به پزشک مراجعه کنید.



- به صورت منظم طبق دستور پزشک معالج جهت انجام آندوسکوپی و بررسی واریس مری و معده مراجعه نمایید.
- منبع: درسنامه برونر-سودارث [www.imamreza.tbzmed.ac.ir](http://www.imamreza.tbzmed.ac.ir)
- شماره تلفن تماس ۰۴۱۳۳۳۴۷۰۵۴ داخلی ۴۰۵۲-۴۰۵۱

اجسام سنگین، دفع مدفوع سفت (یبوست)

- روزانه مایعات معمولی بنوشید مگر آنکه محدودیت مصرف مایعات داشته باشید (در صورت ورم پاها و اندامها مصرف مایعات محدود شود)
- از قرار گرفتن در جاهای شلوغ و در معرض افراد مبتلا به آنفلوآنزا و افراد تحت شیمی درمانی خودداری کنید.
- مصرف پروتئین غذایی و نیز هرگونه استرس و فعالیت جسمانی را کاهش دهید.
- هرگز ناامید نشوید. خود ناامیدی باعث تشدید بسیاری از بیماریها می شود.
- بیماری خود را از دیگران مخفی نسازید.
- ناخن های خود را مرتب کوتاه کنید
- از صدمه، تزریق عضلانی، زور زدن هنگام دفع مدفوع، عطسه، سرفه شدید، پاک کردن شدیدبینی، استفاده از اشیاء تیزه برنده پرهیز کنید.
- از مسواک با پرزهای نرم استفاده کنید.
- داروهای تجویزی را مرتب مصرف کنید و سرخود مقدار داروی مصرفی را کم و یا زیاد نکنید
- دست ها را با آب و صابون بشوئید و بهداشت فردی را رعایت نمائید و از