

واحد بهبود کیفیت	به نام خدا	 بیمارستان موسی بن جعفر(ع) قوچان
	عنوان سند: سیروز کبدی	
شماره سند: M.04.N-S.F/43 تاریخ تدوین: ۱۳۹۳/۷/۱۳		
شماره بازنگری: ۱۰ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۷/۲۰		
شماره ویرایش: ۲ تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۵/۷/۲۰		

سیروز کبدی



تیم و تنظیم: واحد بهبود کیفیت

واحد آموزش به بیمار



نمونه یک رژیم غذایی سالم:

صبحانه: آبمیوه: ۱/۲ لیوان

- غلات: آماده یک سوم لیوان-نان تست: یک برش-کره -
- مربا - خامه: ۲ قاشق مرباخوری - چای: یک لیوان - شکر

ناهار: سیب زمینی کوچک ۱ عدد - انواع سبزیهای پخته

- سالاد کاهو - نان: یک برش - کره - میوه: ۱ عدد -
- چای: یک لیوان - شکر

شام: سیب زمینی کوچک ۱ عدد - انواع سبزیهای پخته

- سالاد کاهو - نان: یک برش - کره - میوه: ۱ عدد -
- چای: یک لیوان - شکر

منبع:

آموزش به بیمار و خانواده

تالیف: فاطمه غفاری - زهر ا فتوکیان

توصیه به اینکه در صورت بروز علائم خونریزی (خونمردگی، خونریزی از بینی یا لثه، وجود خون در مدفوع) به پزشک اطلاع داده شود، از مسواک نرم برای بهداشت دهان استفاده شود، بیمار بینی خود را به آرامی تمیز کند، در صورت نیاز از کمپرس سرد برای کاهش خونریزی استفاده شود، از غذاهای سرشار از ویتامین C (مرکبات، گوجه فرنگی و آناناس) استفاده شود و از اقدامات حمایتی برای جلوگیری از سقوط استفاده شود.

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

جهت فعالیت هیچ محدودیتی وجود ندارد اما در صورت بروز تب، خونریزی، آسیب و سایر مشکلات باید با احتیاط عمل شود.

از آنجاییکه متابولیسم بسیاری از داروها از راه کبد صورت میگیرد، توصیه به اینکه از مصرف خودسرانه داروها اجتناب شود.

***** جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را**

اسکن نمایید



سیروز:

بیماری مزمنی است که با جایگزینی فیروز به جای بافت طبیعی کبد و در نتیجه به هم خوردن ساختار و عملکرد کبد مشخص میشود. سه نوع سیروز کبدی وجود دارد: سیروز الکلی، سیروز پس از نکروز، سیروز صفراوی.

از مهمترین علل سیروز می توان به هپاتیت B و C مزمن، مصرف بیش از حد مشروبات الکلی، اختلال در مسیر خروجی خون از کبد، هموکروماتوز (افزایش آهن در کبد)، بیماری ویلسون، کمبود آلفا یک آنتی تریپسن، بیماری ذخیره ای گلیکوژن، هپاتیت خود ایمن، انسداد طولانی مدت مجاری صفراوی، بعضی از انواع بیماریهای قلبی، واکنش شدید نسبت به بعضی از داروها و سموم مثل متوترکسات، آمیودارون و سمومی چون حشره کش ها، سوء تغذیه و علل ارثی اشاره کرد.

علائم بالینی:

علائم سیروز در مراحل اولیه معمولاً خستگی، ضعف، بی اشتها، تهوع، کاهش وزن، بزرگ شدن عروق خونی به شکل عنکبوت در زیر پوست، ریزش مو، بزرگ شدن سینه در آقایان، تجمع مایع در شکم و پاها، کاهش میل جنسی و کاهش توانایی جنسی در آقایان، استشمام بوی نامطبوع از بیمار، اسهال چرب، بروز لکه های خون مرده در پوست، خارش و استفراغ خون

بررسی های تشخیصی:

آزمایش خون (آلبومین سرم و آنزیم های کبدی) و ادرار، سونوگرافی یا سی تی اسکن یا MRI و اسکن ایزوتوپ کبدی، بیوپسی (نمونه برداری از کبد)

عوارض احتمالی: خونریزی، آنسفالوپاتی کبدی، افزایش حجم مایع

درمان: دارو درمانی، پرهیز غذایی، استراحت و سایر اقدامات حمایتی

دارو درمانی شامل: کلشی سین، اسپرینولاکتون، آلبومین، لاکتولوز،

کلیسترامین (جهت رفع خارش) و مولتی ویتامین ها

آموزش به بیمار و خانواده:

تغذیه:

- توصیه به مصرف سبزیجات و میوه های تازه به اندازه دلخواه به جای استفاده از پروتئین گوشت قرمز از انواع پروتئین های دیگر مثل پروتئین های گیاهی، گوشت ماهی و مرغ مصرف شود.
- از مصرف مشروبات الکلی پرهیز شود.
- توصیه به مصرف ویتامین ها به خصوص A, C, K
- مصرف غذا در وعده های زیاد و در حجم کم
- توصیه به مصرف رژیم غذایی سرشار از کالری و دارای مقادیر متوسط پروتئین (روزانه یک الی یک و نیم گرم به ازاء هر کیلوگرم وزن پروتئین)
- مصرف نمک محدود شود.
- مصرف حداکثر ۳ زرده تخم مرغ در هفته
- توصیه به استفاده از تکه های یخ برای کاهش تهوع
- توصیه به استفاده از مایعات و ورزش برای درمان یبوست
- توصیه به مراقبت از پوست: تغییر وضعیت، اجتناب از مصرف صابون و محلول های الکلی برای تمیز کردن پوست، استفاده از مواد نرم کننده برای ماساژ پوست و ورزش مفاصل و اندامها

