

میکروب معده چیست؟

برای برخی از افراد، عفونت ناشی از هلیکوباکتر پیلوری باعث ابتلا به سرطان معده می‌شود. عفونت معده ناشی از میکروب معده (باکتری معده) شایع است. در حدود دو سوم جمعیت جهان این باکتری را در بدن خود دارند. برای اغلب افراد، این باکتری باعث بوجود آمدن زخم یا علائم دیگر نمی‌شود. در صورتی که این باکتری مشکلاتی را برای شما فراهم کرد، داروهایی وجود دارد که باعث کشتن این میکروب‌ها و کمک به التیام درد و زخم می‌شوند. با دسترسی بیشتر افراد به آب سالم و بهداشت، افراد کمتری نسبت به قبل به این باکتری معده مبتلا می‌شوند.



پس از ورود هلیکوباکتری به بدن، به غشای معده حمله می‌کند، غشای معده از شما در برابر اسیدی که بدن برای هضم غذا استفاده می‌کند، محافظت می‌کند. وقتی باکتری معده آسیب قابل توجهی به غشای معده وارد کرد، اسید می‌تواند وارد غشا شود و باعث بوجود آمدن زخم معده گردد. زخم معده موجب خونریزی، عفونت و جلوگیری از حرکت غذا در دستگاه گوارش می‌شود.

علت میکروب معده غذا، آب یا ظرف آلوده می‌باشد. این بیماری در کشورها یا جوامعی که فاقد سیستم فاضلاب مناسب هستند یا آب سالمی ندارند بیشتر شایع است. همچنین باکتری معده از طریق تماس با بزاق یا مایعات دیگر بدن فرد مبتلا به آن قابل سرایت است.

میکروب معده در کودکان شیوع بیشتری دارد و بسیاری از افراد در دوران کودکی به این بیماری مبتلا می‌شوند، اما این باکتری به بزرگسالان نیز قابل سرایت است. این باکتری‌ها برای سالیان زیادی در بدن زندگی می‌کنند و در اغلب موارد افرادی که مبتلا به آن‌ها می‌شوند دچار زخم معده و علائم دیگر نمی‌شوند. پزشکان به طور قطع نمی‌دانند که چرا تنها تعدادی از افراد پس از ابتلا به میکروب معده، زخم معده و غیره می‌گیرند.

علائم و نشانه‌ها

در صورتی که زخم معده دارید، درد شدید یا خفیفی را در شکم خود احساس می‌کنید. این دردها موقتی هستند، اما وقتی معده شما خالی است، مثلاً بین وعده‌های غذایی یا در نیمه شب، این درد اغلب بیشتر حس می‌شود. این درد می‌تواند بین چند دقیقه تا چند ساعت طول بکشد. پس از غذا خوردن، نوشیدن شیر یا مصرف آنتی‌اسید درد تا حدودی تسکین پیدا می‌کند. علائم دیگر زخم معده ناشی از میکروب معده شامل موارد زیر می‌شود: آروغ، فقدان احساس گرسنگی، تهوع، استفراغ، کاهش وزن بدون دلیل مشخص.



زخم‌ها باعث خونریزی معده یا روده می‌شود که برای سلامتی شما خطرناک است. در صورت داشتن یکی از علائم زیر، سریعاً به پزشک مراجعه کنید:

مدفوع خونی، تیره یا قرمز رنگ

احساس خستگی بدون دلیل خاصی

رنگ پریدگی پوست

استفراغی که دارای خونی است و شبیه قهوه آسیاب شده می‌شاید

دل درد شدید

عفونت هلیکوباکتری ممکن است منجر به سرطان معده شود، هر چند که این امر چندان شایع نیست. اگر علائم زخم معده را نداشته باشید، پزشک وجود هلیکوباکتر پیلوری را مورد آزمایش قرار نمی‌دهد. اما اگر اکنون یا در گذشته این علائم را داشته‌اید، بهتر است آزمایشاتی روی شما صورت بگیرد. داروهایی مثل داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی نیز می‌توانند باعث آسیب رساندن به غشای معده شما شوند، بنابراین بهتر است متوجه شوید که چه چیزی باعث بوجود آمدن علائم شما می‌شود تا درمان مناسب برای بهبود آنها تجویز شود.

برای شروع کار، پزشک در مورد سوابق پزشکی، علائم و داروهایی که مصرف می‌کنید سوالاتی را می‌پرسد. سپس معاینه فیزیکی انجام می‌دهد که شامل فشار دادن شکم برای بررسی ورم، التهاب یا درد می‌شود.

تشخیص

در ادامه روش‌های تشخیصی ابتلا به میکروب معده شرح داده می‌شود: آزمایش تنفسی اوره: شما نوشیدنی خاصی می‌نوشید که حاوی ماده‌ی اوره است. سپس داخل یک کیسه نفس می‌کشید و پزشک کیسه را برای آزمایش به آزمایشگاه می‌فرستد. در صورتی که میکروب هلیکوباکتری داشته باشید، باکتری معده، اوره را به دی‌اکسید کربن تبدیل می‌کند و آزمایشات آزمایشگاهی نشان می‌دهند که سطوح گاز در بازدم شما بیش از حد نرمال است. پزشک برای بررسی دقیق‌تر زخم معده شما، اقدامات زیر را انجام می‌دهد.

آندوسکوپی قسمت بالای معده و روده: در بیمارستان، پزشک با استفاده از یک لوله که دوربین کوچکی به آن متصل است و آندوسکوپ نامیده می‌شود داخل معده و قسمت بالایی روده شما را مشاهده می‌کند. در طول انجام این آزمایش، برای راحتی بیشتر داروهای مسکن برای شما تجویز می‌شود.

آزمایشات قسمت بالای معده و روده: در بیمارستان، مایعی را می‌نوشید که ماده‌ی ای به نام باریوم دارد و پزشک از شما تصویر اشعه ایکس می‌گیرد. مایع گلو و معده شما را می‌پوشاند و باعث می‌شود که در تصویر به خوبی مشخص باشند.

سی تی اسکن: سی تی اسکن یک آزمایش تصویر برداری با اشعه ایکس قدرتمند است که تصاویری با جزئیات زیاد از داخل بدن شما عرضه می‌کند.

درمان

اگر به زخم معده مبتلا شده‌اید که ناشی از میکروب هلیکوباکتری معده است، درمان میکروب معده شما شامل کشتن میکروب‌ها، درمان غشای معده و پیشگیری از بازگشت زخم‌ها می‌شود. بهبودی فرد بین یک تا دو هفته طول می‌کشد.

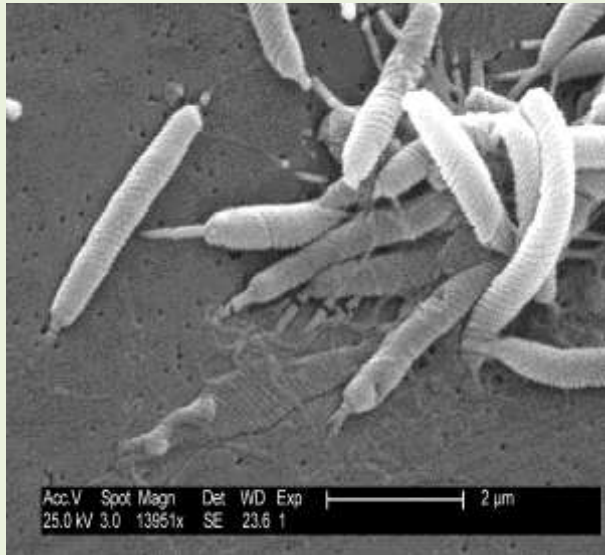
پزشک احتمالاً چند نوع دارو را برای شما تجویز می‌کند. این داروها از قرار زیر هستند:





مرکز آموزشی درمانی امین

هلیکو باکتر پیلوری و خود مراقبتی



می‌شود. در مورد شیوه‌ها مدیریت استرس، بهبود رژیم غذایی و در صورت استعمال دخانیات، نحوه ترک سیگار با پزشک مشورت کنید.

اغلب زخم‌های ناشی از میکروب هلیکوباکتر پیلوری پس از چند هفته درمان برطرف می‌شود. در صورتی که دچار زخم معده (از عوارض ابتلا به میکروب هلیکوباکتر معده) هستید، از خوردن داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی برای تسکین درد خودداری کنید، زیرا این داروها به غشای معده آسیب وارد می‌کنند. در صورتی که به داروی مسکن نیاز دارید، از پزشک خود بخواهید تا مسکن مناسب را برای شما تجویز کند. درمان میکروب معده معمولاً آسان است و مشکلی را به وجود نمی‌آورد، اما در صورت بی‌توجهی به علائم آن ممکن است مبتلا به زخم معده و یا روده شوید. بنابراین با بروز نشانه‌های ذکر شده در مقاله به پزشک مراجعه کنید تا در صورت تشخیص وجود باکتری معده، درمان لازم را برایتان تجویز کند.

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	هلیکو باکتر پیلوری و خود مراقبتی
تهیه کننده	پیمانہ امانی - پرستار دیالیز
تأیید کننده علمی	خانم دکتر شمعی - آقای دکتر شریفی
سمت	متخصص داخلی - فوق تخصص گوارش
تاریخ تهیه	1402
کد پمفلت و بازنگری	1405 PE-PRG-03

منابع: سایت ویکی پدیا و بروئر و سودارث

جهت استفاده از مطالب آموزشی به سایت بیمارستان مراجعه
نمایید. www.amin.mui.ac.ir

آنتی بیوتیک‌هایی مثل آموکسی سیلین، کلاریترومایسین، مترونیدازول، تتراسایکلین یا تینیدازول برای کشتن میکروب معده بدن. احتمالاً باید دو دارو از این دسته مصرف کنید.

داروهایی که باعث کاهش میزان اسید معده می‌گردند. از جمله ی این داروها می‌توان به پنتوپرازول یا رابپرازول اشاره کرد. اکسید بیسموت که در کنار آنتی بیوتیک‌ها به کشتن میکروب هلیکوباکتری معده کمک می‌کند، باعث انسداد هیستامین شیمایی (که عامل تسریع در تولید اسید بیشتر توسط معده است) می‌شود. این داروها شامل فاموتیدین، نیزاتیدین یا رانیتیدین می‌شود.

درمان شما به این معناست که در هر روز باید حدود 14 قرص یا بیشتر مصرف می‌کنید و طول دوره درمان چند هفته است که شاید به نظر زیاد بیاید. اما باید هر چیزی که پزشک تجویز می‌کند را مصرف کنید و از دستورالعمل‌های او پیروی کنید. در صورتی که آنتی بیوتیک‌ها را فوراً مصرف نکنید، باکتری معده شما نسبت به آن‌ها مقاوم می‌شود و در نتیجه درمان میکروب معده عفونت‌ها سخت‌تر انجام می‌شود. در صورتی که داروها شما را اذیت می‌کند، با پزشک در مورد روش‌های درمانی و نحوه کنترل عوارض جانبی مشورت کنید. یک ماه پس از اتمام دوره درمان، پزشک تنفس یا مدفوع شما را بار دیگر مورد آزمایش قرار می‌دهد تا مطمئن شود میکروب معده از بین رفته است.

پیشگیری

شما می‌توانید از ابتلا به عفونت میکروب هلیکوباکتری معده پیشگیری کنید. روش پیشگیری از این میکروب شبیه روش‌های پیشگیری از میکروب‌های دیگر است:

پس از رفتن به دستشویی و قبل از غذا خوردن دست‌های خود را بشوئید. به کودکان خود نیز این کار را آموزش دهید.

از مصرف غذا یا آبی که سالم نیست، خودداری کنید.

از خوردن چیزی که به طور کامل پخته نشده است، خودداری کنید.

از خوردن غذایی که توسط افرادی که دست‌های خود را نمی‌شویند، تهیه شده، خودداری کنید.

اگر چه استرس، غذاهای تند و مصرف دخانیات باعث بوجود آمدن زخم معده نمی‌شود، اما مانع از بهبودی سریع یا تشدید درد ناشی از زخم معده