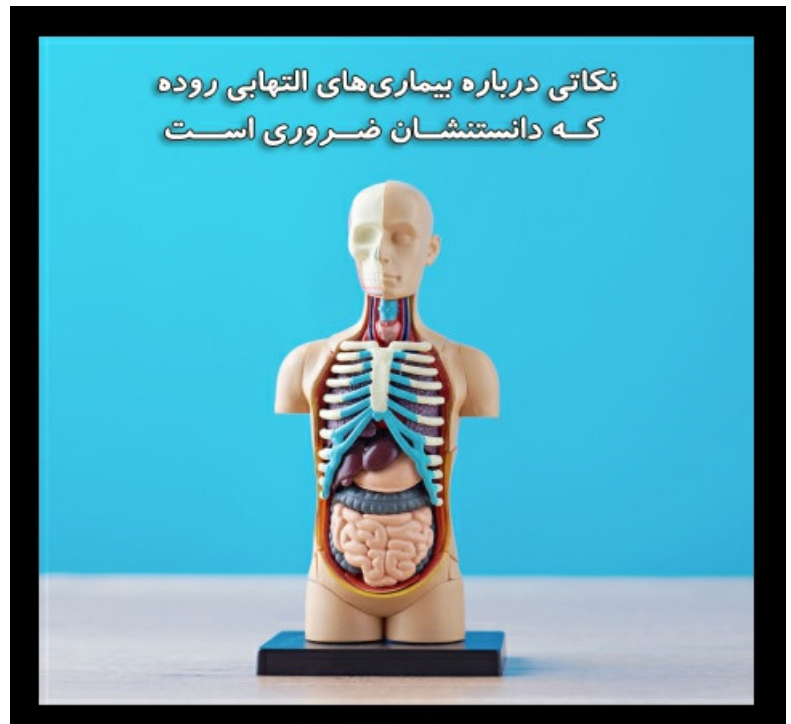


نکاتی درباره بیماری های التهابی روده



بیماری های التهابی روده

بیماری های التهابی روده در ۲۰ سال گذشته بسیار افزایش یافته و جزو بیماری های مزمنی هستند که افراد مختلف به آن مبتلا می شوند. آمارها می گوید از هر صد هزار ایرانی ۴۵ نفر به بیماری های التهابی روده دچار هستند و این بیماری ها شامل کولیت اولسروز و کرون می باشد. این بیماری ها با عوارض معمول و شایعی چون دل درد، تغییر در اجابت مزاج، تب و کاهش وزن همراه هستند و اگر به موقع تشخیص داده شوند، درمان های مناسب و جدیدی برای آن ها وجود دارد. تا ۳۰ سال پیش خبری از بیماری های التهابی روده در کشور نبود، اما در سال های اخیر این بیماری ها شیوع پیدا کرده و تخمین زده می شود بیش از ۴۰ هزار نفر در کشور دچار بیماری های التهابی روده باشند.

بیماری های التهابی روده زمانی فرد را درگیر می کند که وی استعداد ژنتیکی داشته باشد و در مواجهه با عوامل محیطی برای ایجاد بیماری نیز قرار بگیرد.

عواملی که می توانند شدت بیماری های التهاب روده را افزایش دهند یا افراد را در معرض این بیماری قرار دهند شامل سیگار کشیدن، چاقی، کم تحرکی و مصرف بیش از حد آنتی بیوتیک ها است.

درمان کامل یا عود بیماری

اگر بیماری التهابی روده با درمان به موقع و با داروی مناسب کنترل شود، علائم بیماری از بین می رود، بیمار احساس بهبود و سلامت دارد و دفع بیمار طبیعی می شود. به علاوه دیگر بیمار تب نمی کند و درد شکم نیز از بین می رود.

وقتی بیمار بدون دستور پزشک معالج، داروهایش را قطع یا کم کند ممکن است علائم بیماری دوباره عود کند. در واقع از بین رفتن علائم بالینی، طبیعی شدن آزمایش ها و بهبود مخطی روده در کولونوسکوپی و بیوبسی نشان از بهبودی کامل بیماری دارد. اصولاً پیشگیری از عود مجدد بیماری در اغلب موارد به دقت نظر و اهمیت دادن خود بیمار به درمانش، تجربه پزشک و مصرف مکمل هایی که به همین منظور تولید شده اند بستگی دارد.

غذای مناسب روده های بیمار

در بیمارانی که بیماری التهابی روده در آن ها کنترل شده باشد رژیم غذایی خاصی نیاز نیست. ولی در بیمارانی که اسهال شدید یا اسهال خونی دارند مصرف مایعیت پیشنهاد می شود. همچنین در بیمارانی که حساسیت به شیر و فرآورده های آن دارند، لازم است از شیر کم لاکتوز یا ماست استفاده کنند.

به علاوه توصیه می شود بیمار آن مبتلا به کرون از یک رژیم غذایی کم فیبر استفاده کنند. هدف از این رژیم غذایی به حداقل رساندن درد شکم ناشی از فشار مرتبط با هضم غذاهایی با فیبر بالا و همچنین جلوگیری از انسداد روده است. همچنین قطع یا مصرف نکردن دخانیات الزامی است.

حفظ بیماری در فاز خاموشی

روش درمانی بیماری های التهابی روده بر اساس خاموش کردن بیماری فعال یا نگهداری بیمار در حالت خاموشی بیماری است. در همه بیماری ها از جمله بیماری های التهابی روده پزشکان از داروهایی استفاده می کنند که حداقل عوارض و حداکثر فایده را داشته باشند. همچنین در فاز خاموشی بیماری، پزشکان با تجویز مکملها و داروهای که از عود مجدد بیماری جلوگیری می کنند، سعی در حفظ شرایط سلامتی بیمار دارند.

به عنوان مثال محصول فمی لاکت، پروبیوتیکی حاوی سویه های مختلف باکتریایی می باشد که علاوه بر کاهش علائم بیماری های التهابی روده، در جلوگیری از عود مجدد این بیماری ها و حفظ سلامتی بیماران بسیار موثر است.