

یک بیماری التهابی و خونریزی دهنده است که دیواره روده بزرگ و راست روده را درگیر می کند. در کولیت اولسروز دیواره روده دچار التهاب و زخم می شود و مناطق زخم شده شروع به خونریزی می کنند. همچنین در نتیجه این تغییرات جذب مواد غذایی با اختلال روبه رومی گردد و باعث سوء تغذیه می شود. بیماری از رکتوم (انتهای روده) شروع و تا کولون پیشرفت می کند. این بیماری دوره های عود و بهبود دارد.

### علل کولیت اولسروز

علت واقعی آن هنوز شناخته نشده است سابقه خانوادگی یک عامل مهم است ولی اختلالات خود ایمنی ممکن است نقش داشته باشند. در این نوع اختلالات سیستم ایمنی بدن بر علیه خودش مواد دفاعی (آنتی بادی) تولید می کند. استرس علت این بیماری نیست اما هرگونه استرس بیماری را وخیم تر می کند.

### علائم

- خونریزی از رکتوم (انتهای روده)
- دفع موکوس (بلغم) و چرک
- اسهال و استفراغ
- انقباض شدید و دردناک ناحیه مقعد و نیاز به دفع ضروری مدفوع
- رنگ پریدگی؛ خونریزی باعث کم خونی و در نتیجه رنگ پریدگی می شود.
- درد شکم؛ که گاهی به صورت درد متناوب و شدید است.
- بی اشتها
- کاهش وزن
- تب
- خستگی

این بیماری گاهی همراه با مشکلات دیگر مثل بشورات پوستی، التهاب مفاصل، بیماری کبدی و التهاب چشم می شود.



### تشخیص

- آزمایش خون کم خونی را مشخص می کند.
- کولونوسکوپی؛ در این روش پزشک یک لوله باریک و قابل انعطاف مجهز به دوربین را از طریق مقعد وارد روده بزرگ می کند و روده بزرگ را به طور مستقیم و از نزدیک معاینه و بررسی می کند. گاهی یک نمونه از روده بزرگ نیز برداشته می شود و جهت قطعی شدن تشخیص به آزمایشگاه فرستاده می شود.
- عکس رادیولوژی؛ که پس از تنقیه با ماده حاجب انجام می شود.
- آزمایش مدفوع؛ مدفوع از لحاظ وجود خون مورد بررسی قرار می گیرد.
- سی تی اسکن شکم

### درمان

تلاش بر این است که با کاهش فعالیت و رژیم غذایی مناسب و تجویز دارو بیماری کنترل شود که هر کدام به تفصیل در زیر توضیح داده شده است. در صورت کنترل نشدن بیماری با این روش ها عمل جراحی ضرورت پیدا می کند و باید منطقه درگیر شده برداشته شود.

### کاهش فعالیت

در زمان حمله های کولیت، استراحت کافی باعث کاهش حرکات روده، کاهش اسهال و کاهش مصرف انرژی می شود. بنابراین در این زمان باید استراحت بیشتری داشته باشید.

### رژیم غذایی

در صورت بروز علائم (در زمان عود و فعال شدن بیماری) رژیم غذایی باید طوری تنظیم شود که مانع از بروز اسهال شود، انرژی لازم را تامین کند و روند بهبود زخم ها را تسریع بخشد. به کار گرفتن توصیه های غذایی زیر به کنترل اسهال کمک می کند.

- غذاهایی که باعث تحریک و افزایش حرکات روده می شود، مثل فراورده های لبنی، غذاهای سرخ شده و ادویه دار، میوه جات سبزیجات و غلات سبوس دار (نان معمولی) از برنامه غذایی باید حذف گردد.
- ویتامین های تجویز شده توسط پزشک را مصرف کنید.
- از نوشیدن نوشابه های گازدار، کافئین دار مثل قهوه و چای و الکل اجتناب کنید.
- از خوردن غذاهایی که بسیار داغ یا سرد می باشد اجتناب کنید.
- وعده های غذایی کوچک باشد ولی دفعات غذا خوردن را بیشتر کنید.
- از غذاهایی که دوست دارید به عنوان میان وعده استفاده کنید.
- بهداشت دهان را رعایت کنید حداقل دو بار مسواک بزنید و نخ دندان بکشید.
- اگر بی اشتها هستید میز و سفره غذایی زیبا باعث تحریک اشتها می شود.
- اگر اسهال شدید بود مایعات مثل آب، آب میوه، آب گوشت بدون چربی، چای کم رنگ بنوشید باید مراقب باشید که دچار کم آبی نشوید و مایعات دفع شده را با نوشیدن بیشتر مایعات جبران کنید.
- ممکن است غذای جامد باعث دردهای شدید شکم شود در این صورت از خوردن این نوع غذاها اجتناب کنید.
- توصیه های زیر را جهت پیشگیری از زخم شدن ناحیه ی مقعد به علت اسهال بکار ببندید. بعد از هر باید اجابت مزاج خود را



دانشگاه علوم پزشکی شیراز  
مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی



## کولیت اولسروز

آموزش به بیمار

## تهیه کننده

فریده جوکار - کارشناس پرستاری

## تایید کننده

دکتر خدیجه گرگی

(متخصص جراحی عمومی - فلوشیپ جراحی کولورکتال)

## منابع

پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث ۲۰۲۱

## تابستان ۱۴۰۴

EDU-PT-82/B



خوراکی باید به صورت کامل بلعیده شود. از خوردن یا نصف کردن آن پرهیز کنید. نوع شیاف آن باید برای مدت سه ساعت در رکتوم باقی بماند. عوارض آن شامل سر درد، یبوست، تهوع، استفراغ، دل درد و در موارد نادر التهاب پرده اطراف قلب و حساسیت شدید می باشد. در صورت ابتلا به زخم معده باید با احتیاط مصرف شود. در صورت بروز تنگی نفس و درد قفسه سینه به پزشک اطلاع دهید. گاهی داروهای دیگر مثل آزایتوپرین و سیکلوسپورین برای شما تجویز می شود. این داروها باعث سرکوب شدن سیستم ایمنی شوند. آزایتوپرین در طولانی مدت به جای پردنیزولون تجویز می شود. از عوارض این داروها افزایش احتمال بروز عفونت و خونریزی می باشد، بنابراین در صورت بروز علائم عفونت مثل تب، گلو درد، سوزش ادرار و خونریزی غیر معمول به پزشک مراجعه کنید.

## کاهش اضطراب

اگر چه اضطراب علت بروز این بیماری نیست اما استرس باعث بدتر شدن علائم می شود. بنابراین به کار گرفتن راههای کاهش اضطراب مثل تکنیک های آرام سازی و یوگا باعث کاهش علائم می شود.

## درمان جراحی

در مواردی که درمان های فوق موثر نباشد و کولیت اولسروز شدید باشد، جراحی انجام خواهد شد در این گونه موارد روده بزرگ و راست روده بصورت کامل طی چند مرحله برداشته می شود. در بعضی موارد دهانه روده به سطح شکم آورده می شود و یک سوراخ جهت خروج مدفوع ایجاد می شود که به آن ایلئوستومی یا کولوستومی می گویند.

## پیش آگاهی

بعضی از بیماران یک حمله کولیت اولسروز دارند و به دنبال آن برای ماهها یا سالها هیچ علامتی ندارند اما در بیشتر موارد احتمال عود مجدد وجود دارد. معمولاً این بیماری بارزیم غذایی و دارویی کنترل می شود. احتمال بروز سرطان کولون در این بیماران بیش از سایر افراد می باشد.

بشویدید و از جلو به عقب خود را خشک کنید. در صورت وجود هر گونه مشکل در امر مراقبت از پوست با پزشک مشورت کنید.

## دارو درمانی

داروهای تجویز شده باعث کاهش التهاب و در نتیجه تسکین علائمی مثل اسهال، درد و خونریزی می شوند. ممکن است یک یا چند داروی زیر برای شما تجویز شود.

## پردنیزولون

این دارو از دسته ی استروئیدها می باشد و باعث کاهش التهاب و در نتیجه تسکین اسهال، خونریزی و درد می شود باید به خاطر داشته باشید که نباید آن را یک دفعه قطع کنید. عوارض آن شامل پوکی استخوان، افزایش احتمال بروز عفونت، گرد شدن صورت، جمع شدن مایع در بدن و در نتیجه ورم دست و پا و تغییر خلق می باشد.

## سولفاسالازین

این دارو از دسته (سولفونامیدها) می باشد و باعث کاهش التهاب و علائم می شود. باید بعداز غذا و همراه یک لیوان پر از آب مصرف شود. قرص را به صورت کامل بلعیده؛ نباید آن را خورد یا نصف کنید. تا ۴ ساعت بعداز مصرف دارو از خوردن آنتی اسید، آهن و فولیک اسید پرهیز کنید. ممکن است رنگ اشک، ادرار و عرق زرد تا نارنجی شود که طبیعی می باشد. در معرض مستقیم نور آفتاب قرار نگیرید زیرا باعث آفتاب سوختگی می شود. در صورت کاهش تعداد اسپرم در مردان دو ماه پس از قطع دارو عارضه برطرف می شود.

عوارض جانبی شامل سردرد، دل درد، سوزش سر دل، تهوع، اسهال، آفتاب سوختگی و در موارد نادر حساسیت شدید، سمیت کلیوی، کبدی و خونی می باشد.

علائم زیر را به پزشک گزارش دهید: کهیر، بثورات پوستی، خارش، زرد شدن پوست، قرمز شدن رنگ ادرار، کبودی و یا خونریزی غیر معمول.

## آساکل (Asacol یا Mesalamine)

این دارو از دسته (آمینو سالیسیلیک اسید) می باشد و داروی ضد التهاب است که به صورت خوراکی یا شیاف تجویز می شود. نوع