

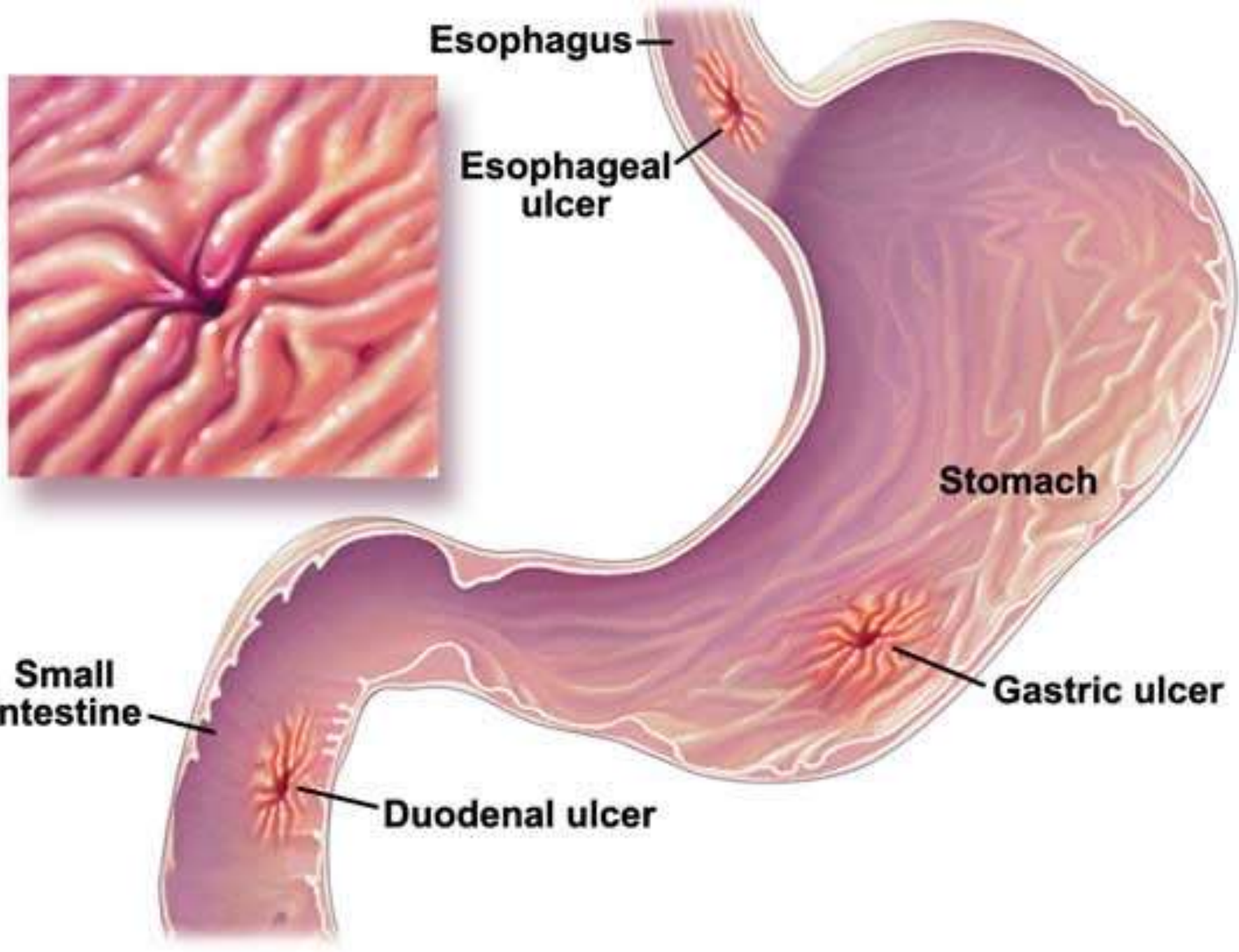
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Peptic Ulcer and Diet



د. الفت الشافعي

أستاذ مساعد
العناية الحرجة
جامعة أسيوط

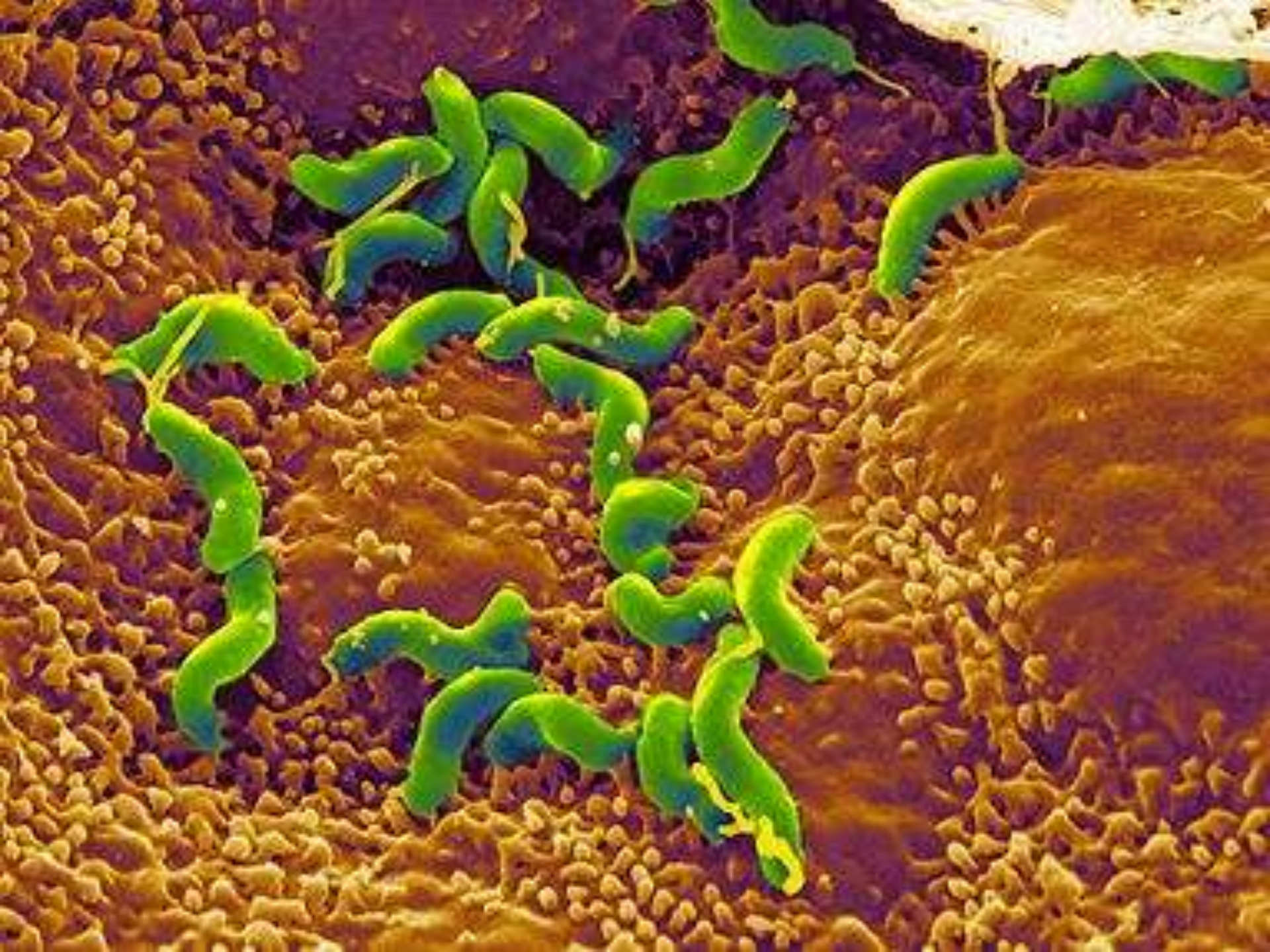


جائزة نوبل لمكتسفي بكتريا فرحة المعدة

كلية الطب - اشتوتجارد - 2006

جائزة نوبل لمكتشفى بكتريا قرحة المعدة

- أثبت العالمان روبين دارين وبارى مارشال جامعة أشتوتجارد-كلية الطب فى يناير 2006 أن بكتريا هيليوباكتر بايلورى تلعب دورا رئيسيا فى التسبب فى قرحة المعدة
 - *Helicobacter pylori*
 - بكتريا المعدة الحلزونية

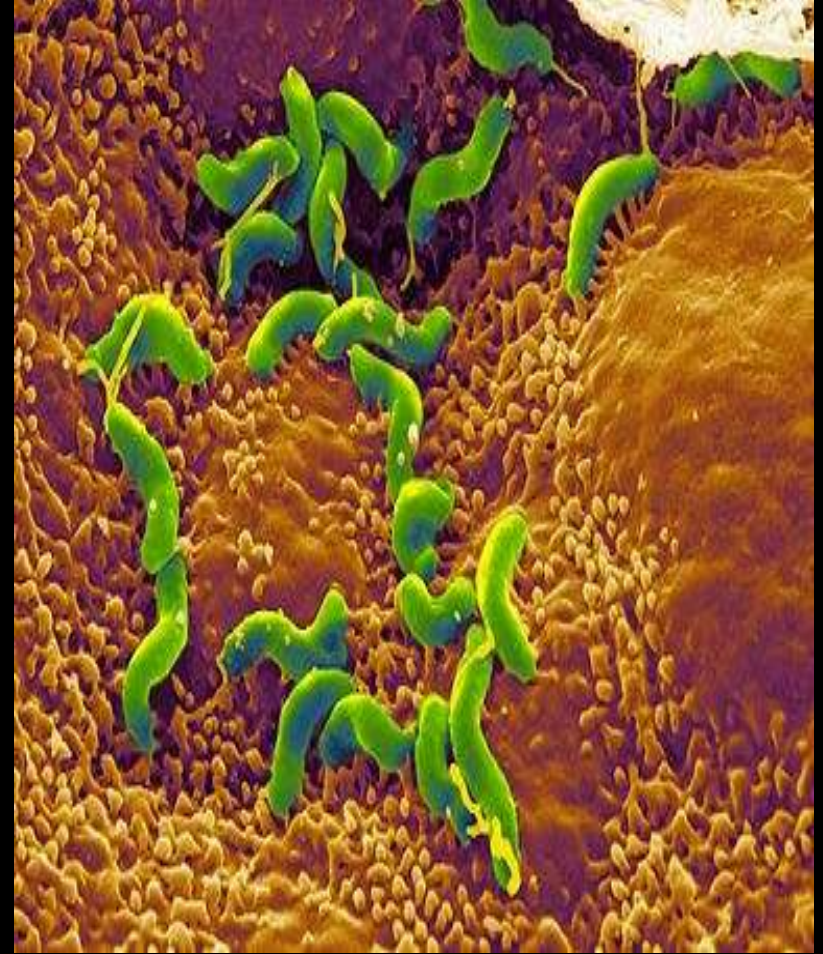


بكتريا هيليوباكتر بايلورى

- تسبب 70-80% من قرحة الامعاء و50-60% من قرحة المعدة
- يعتبر وجود وتكاثر هذه البكتريا فى الطبقة المخاطية من بطانة المعدة السبب الاساسى للقرحة فهى تستطيع ان تتفاعل مع حمض المعدة عن طريق فرز انزيمات خاصة تحميها من الحمض وتفرز هذه البكتريا مادة اليوريا التى تؤدى الى تهتك الغشاء المخاطى الذى يغطى سطح المعدة والاثني عشر وتمنعة من القيام بعمله الوقائى ضد خميرة الببسين والهيدروكلوريك ويصبح جدار المعدة أكثر عرضة للاصابة بالقرحة

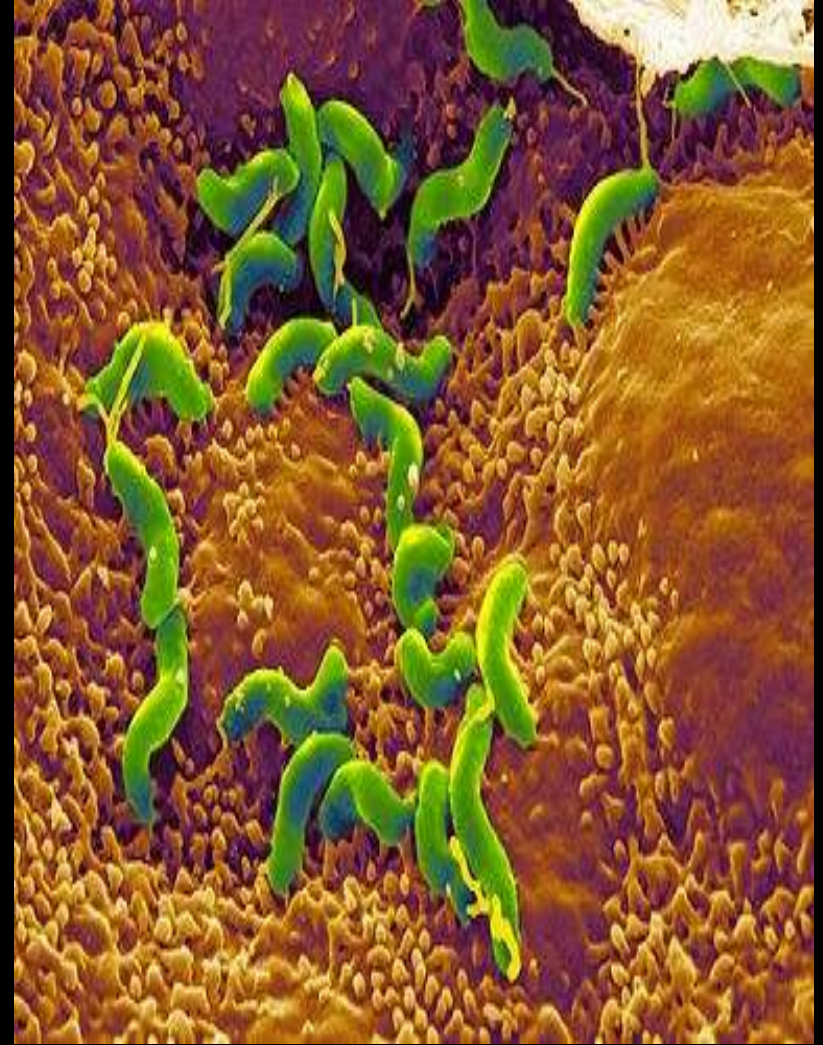
بكتريا هيليوباكتر بايلورى

- وتعتبر هذه البكتريا السبب الرئيسى فى تكرار الاصابة بقرحة المعدة ما لم تعالج بالمضادات الحيوية المناسبة
- هذه البكتريا موجودة فى الكثيرين مع ذلك لا يشكون من قرحة وقد أظهرت الدراسات أنها متواجدة فى لعاب المصابين بها ولذلك ربما تنتقل هذه البكتريا عن طريق الفم والمرضى



بكتريا هيليوباكتر بايلورى

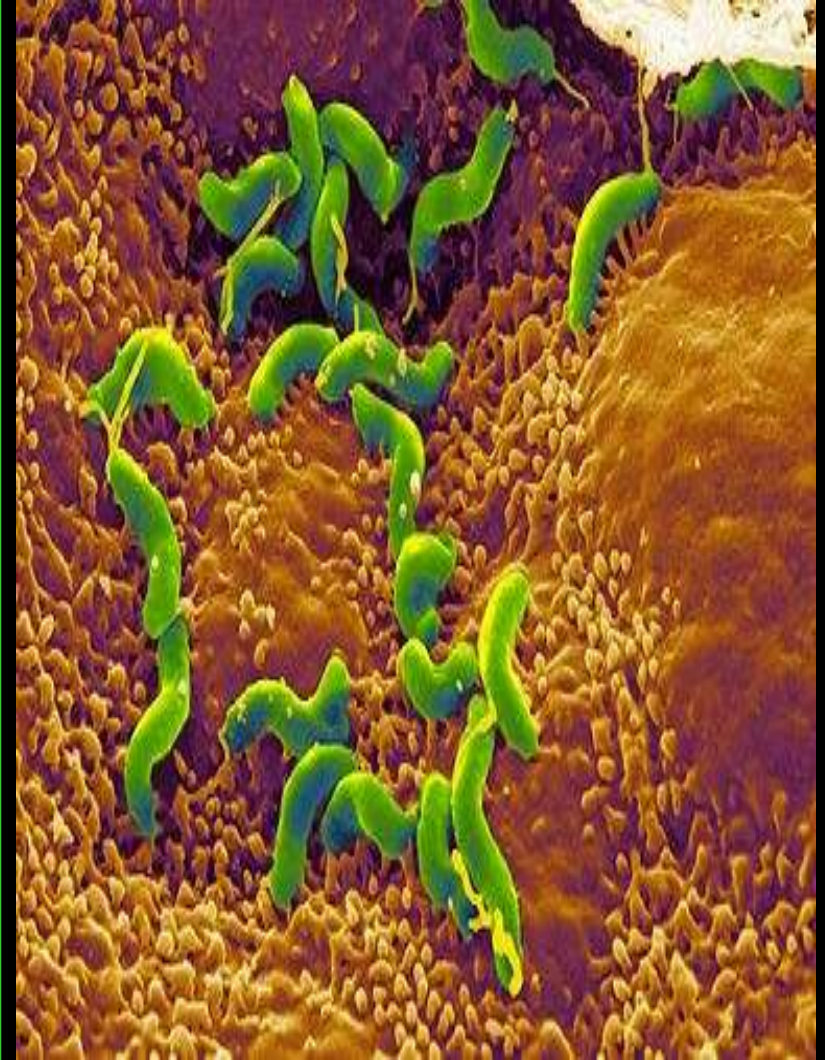
- والدراسات التي اجريت بوحدات العناية الحرجة فى مستشفيات كنيفيلاند أوهايو ونيويورك وميتشيغان بأمريكا واشتوتجارد بالمانيا ونشرت فى يناير 2007 أظهرت أن المرضى الذين يدخلون وحدات العناية الحرجة يكونوا أكثر عرضى للإصابة بتلك العدوى البكتيرية نظرا لإهمال متابعة العناية بتجويف الفم عدة مرات يوميا



بكتريا هيليوباكتر بايلورى

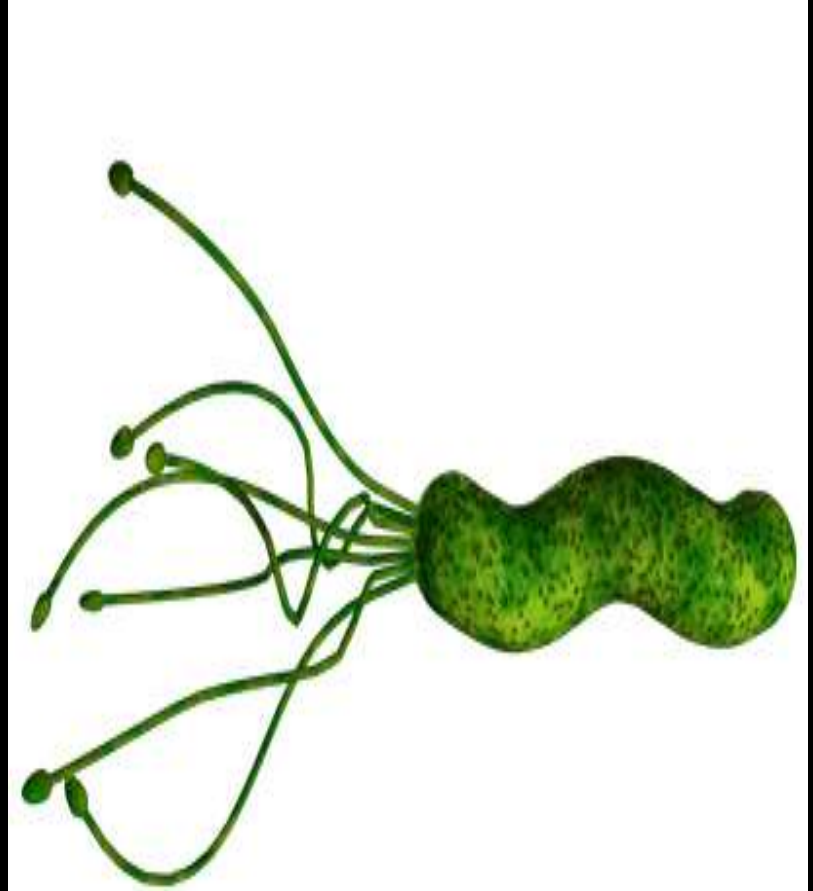
- وأن هناك مرضى حالتهم المرضي عامل خطورة لإصابتهم بتلك البكتيرية في تجويف الفم أثناء وجودهم في وحدات العناية الحرجة وهم كالاتى:

- كبار السن أو صغار السن
- مرضى السكرى
- مرضى السرطان والذين يتناولون العلاج الكيماوى او الاشعاعى



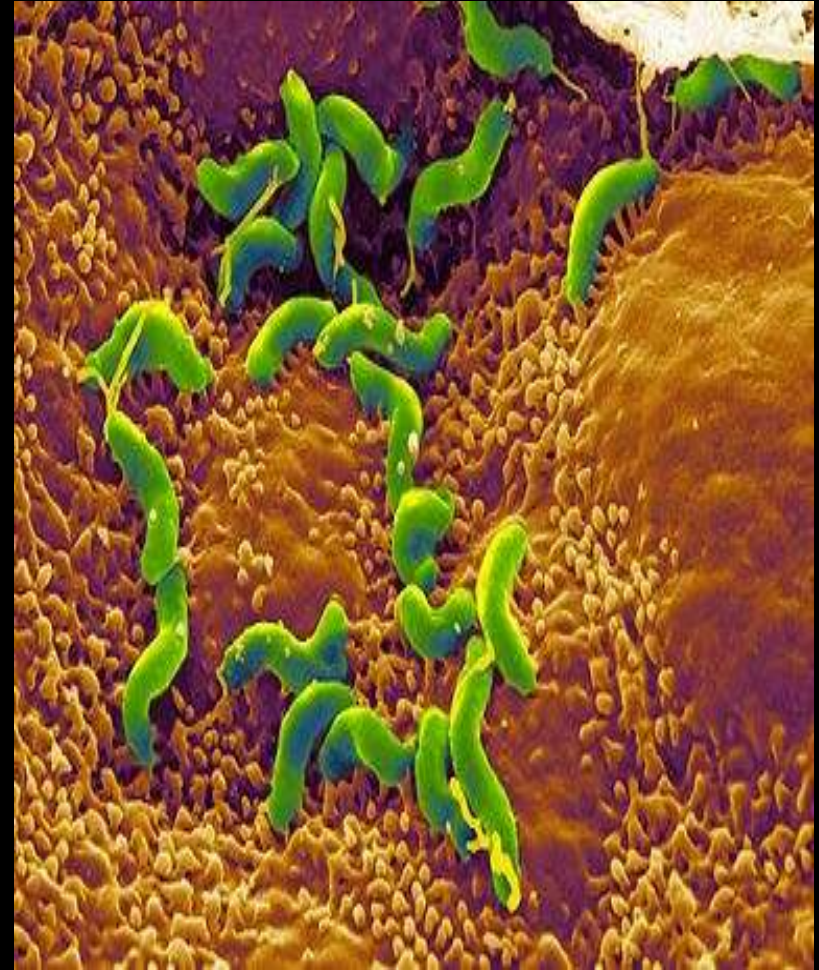
بكتريا هيليوباكتر بايلورى

- -المرضى المتصلون بأجهزة
وأنايبب داخل اجسامهم
- المرضى الذين يتناولون
مضادات حيوية لفترات طويلة
- المرضى الذين يتناولون
كورتيكوستيرويدات لفترات طويلة
- المرضى الذين حالتهم
المرضية تتطلب عدم تحركهم
من السرير



أسباب إصابة الفرد بـهيليوباكتر بايلورى

- الطعام الملوث
- الشراب الملوث





أسباب حدوث قرحة المعدة

أسباب حدوث القرحة

- -الإصابة بجرثومة هيليو باكتر بايلورى التى تضعف الغشاء المخاطى للمعدة والأمعاء الدقيقة
ثم يأتى دور الاستخدام المفرط للدوية التى تسبب تآكل فى غشاء المعدة المخاطى وتؤدى الى قرحة المعدة والأمعاء
كالأسبرين والبروفين والفولترين وهى أدوية مسكنات الألم والروماتزم
-وجود خلل وظيفى فى تفرغ الطعام او تكوين السائل المخاطى المبطن للمعدة

أسباب حدوث القرحة

- جسم الانسان ينتج احماضا تهضم الطعام ويوجد بطانة فاصلة على هيئة خط تحمي الجدر الداخلية للمعدة والاثني عشر من تأثير هذه الاحماض و حدث وتمزقت هذه البطانة فأن هذه الاحماض قد تتلف هذه الجدر وبكتريا هيليو باكتر بايلورى والعقاقير السابق ذكرها تسبب احتقانا لهذا الخط مما يؤدي بدوره الى وصول الاحماض الى جدر المعدة والاثنا عشر وبكتريا هيليو باكتر بايلورى تسبب ثلثي حالات الاصابات بالقرحات المعدية

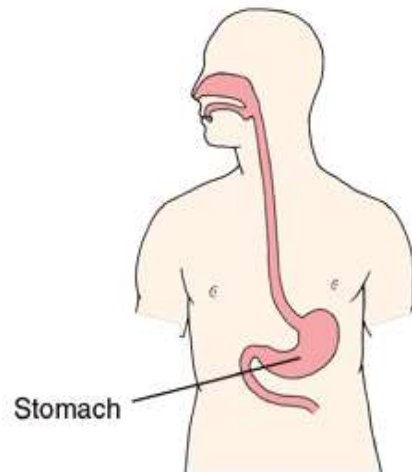
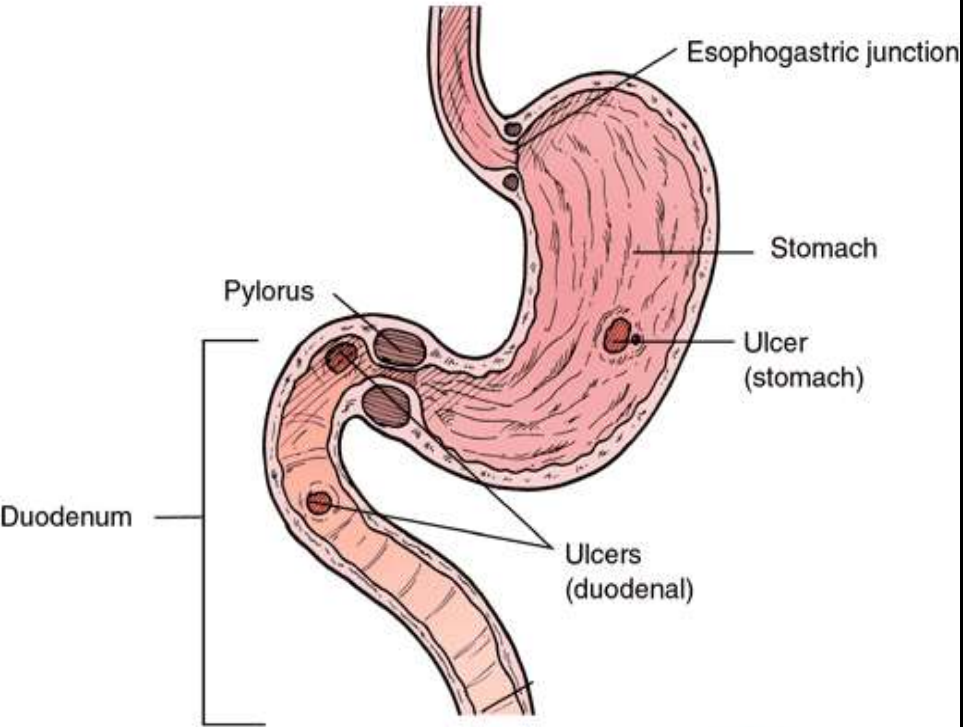
هل التوتر او الاغذية المتبلة الحريفة تسبب الاصابة بالقرحات المعدية؟

- لا لأن التوتر او الاغذية المتبلة الحريفة لا تسبب ذلك ولكن كلا منها تسبب فى زيادة الاصابة بالقرحات المعدية ولكن بعد الاصابة ببكتيريا هيليوباكتر بايلورى
- اذا لم يتم علاج المعدة يزداد الامر سوءا فيجب الذهاب فورا الى الطبيب اذا حدث:الم حاد فى المعدة يستمر ولايختفى بعد فترة-اخراج براز اسود او دموى-حدوث قيء دموى او قيء بشبة راسب القهوة

- لان هذه الاعراض تعنى ما يلى:- أن القرحة انتشرت فى جدار المعدة او الاثنا عشر- ان القرحة قد تسبب تمزق جدار المعدة- ان القرحة منعت الغذاء من التحرك من المعدة الى الاثنا عشر وهذه الاعراض تتطلب علاج سريع وربما علاج جراحى
- كيف تكتشف الاصابة بالقرحات المعدية؟ بمنظار المعدة



Stomach and Duodenal Ulcer



قرحة المعدة



علاج هیلوبکتر بایلوری



علاج بكتيريا هيليو بكتري بايلوري-أشتوتجارد -كلية الطب يناير 2007

- المضادات الحيوية مثل
 - Amoxicillin
 - Tetracycline
- مضادات الهستامين مثل
 - Cimetidine
- Proton Pump Inhibitors
 - Omeprazole

علاج بكتيريا هيليوباكتر بايلورى -أشتوتجارد -كلية الطب 2007

أدوية لحماية بطانة المعدة مثل

Bismuth
Subsalicylate



العناية العلاجية لمرضى قرحة المعدة

التغذية العلاجية لمرضى قرحة المعدة –أشتوتجارد - كلية الطب يناير 2007

تلعب التغذية دورا هاما في علاج مرضى قرحة المعدة ولذلك هناك معلومات اساسية قبل بدأ النظام الغذائى يجب التعرف عليها:

-تجنب تناول منتجات الالبان-تجنب تناول الكافيين-تجنب تناول السكريات الطبيعية-يجنب تناول القهوة وحتى منزوعة الكافيين لأنها تحتوى على زيوت تسبب اثارة القرحة(استبعاد الوجبات المسببة للحساسية –تناول الوجبات التى تحتوى على الكبريت مثل الثوم والبر وكلى-الكرنب-القرنبيط

الكبريت هو اساس الجلوتاثيون والذى يوفر مضادا للاكسدة يعمل واقيا للخط الفاصل للمعدة

يعد الموز غذاء ممتاز لمرضى التقرحات المعدية حيث يحتوى على البوتاسيوم

التغذية العلاجية لمرضى قرحة المعدة-أشتوتجار-كلية الطب 2007

تناول كبسولة مع الوجبات من الاسبيدوفيليس وهذا يساعد على تنظيم نمو بكتريا القناة الهضمية بصفة طبيعية وتمنع نمو بكتريا الهيلي موباكتر بيلوراى

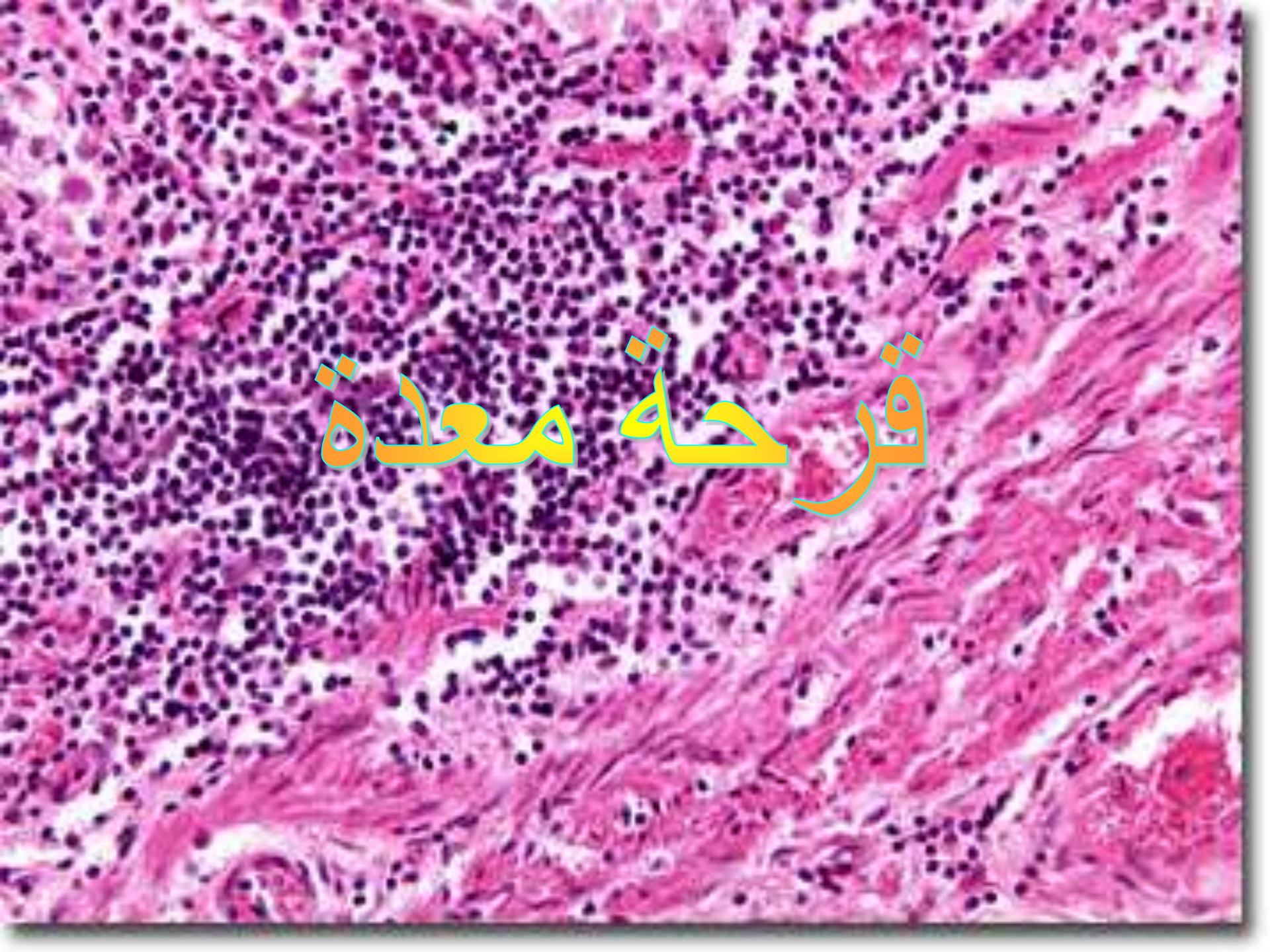
تناول التفاح والكرفس والتوت البرى والشاي الاخضر والأسود والذى يمنع نمو بكتريا الهيلي كوباكتر بيولوراى

بر وكلى الذى يحتوى على مركب قاتل لبكتريا الهيليكوباتربايولورى تناول اللبن يزيد من انتاج الحامض فى المعدة ولذلك يجب تجنبه

تناول كمية معتدلة من الخضراوات المسلوقة-البيض المسلوق-الارز باللبن – المهلبية- عصير الفاكهة-عصير الطماطم

النظام الغذائى فى حالة مرضى القرحة المزمنة ممتد فى فترة تتراوح ما بين 2-3 سنوات

فَرْحَةٌ مَعْدَةٌ





جدار المعدة الطبيعي

الوصايا الخمس عشر لمرضى قرحة المعدة وقرحة الاثني عشر- أشتوتجارد -كلية الطب يناير 2007

- 1-تناول كميات كبيرة من الخضراوات الورقية الداكنة الخضرة لاحتوائها على فيتامين ك المطلوب للانضمام القرحة
- 2-تجنب شرب القهوة-الشاي-الشيكولاتة وحتى منزوعة الكافين
- 3-تناول العصير الطازج بعد عصير الكرنب مباشرة
- 4- تناول الافوكادو -الموز-البطاطس-قرع العسلى -الجزر وتفضل ان تفرم الفاكهة والخضر
- 5- تناول وجبات صغيرة من الذرة المطبوخة-الارز الابيض المسلوق-لبن الماعز-اليوغورت (زبادى منزوع الدسم)
- 6- تناول عصير الشعير-عصير القمح لاحتوائها على الكلوروفيل التى تجعلها عوامل مضادة للقرحة
- 7- تناول البليلة فى الصباح
- 8- تناول كوب كبيرة من الماء لسرعة تخفيف الالم نظرا لأنها تخفف احماض المعدة
- 9-اجتناب تناول الاغذية المقلية-الشاي-الكفين-الملح- الشكولاتة

الوصايا الخمس عشر لمرضى قرحة العدة وقرحة الاثنى عشر-أشتوتجارد –
كلية الطب يناير 2007

10-عدم تناول اللبن البقرى لاحتوائه على الكالسيوم الذى يشجع على مزيد من الحامض

11-عدم تناول المشروبات الساخنة الا بعد ان تبرد

12-الحرص على ان يكون القولون نظيفا وذلك بعمل حقن شرجية

14-اجتناب تناول مسكنات الالم مثل الاسبرين –بروفين

15-اجتناب التوتر والانفعالات والضغط النفسى

علاج قرحة المعدة والاثني عشر بالأعشاب -أشتوتجارد كلية الطب يناير 2007

• دراسات موسعة اجريت في كلية الصيدلة جامعة
أشتوتجارد-وكلية الصيدلة جامعة الرياض في مارس
2006 اظهرت نتائج اكثر من ممتازة في التئام قرحة
المعدة والاثنا عشر بتناول العرقسوس

دراسات اجريت في كلية الصيدلة جامعة أشتوتجارد وكلية
الصيدلة جامعة الرياض بالسعودية في اكتوبر 2006 على
الكركم وأوضحت هذه الدراسات الى اجريت على 1590
مريض بقرحة المعدة والاثنا عشر انه قد ساعد على التئام
القرحة واختفت كل الاعراض المرضية المصاحبة
للمرض



النظام الغذائي في حالات قيء الدم واسودا البراز خلال نوبات الالام القرحة
توزيع الوجبات على مدار اليوم لغير النباتيين من اشتوتجارد -كلية الطب
يناير 2007

• 8 صباحا

• 10 صباحا

• 12 ظهرا

• 2 بعد الظهر

• 4 بعد العصر

• 6 مساءا

• 4\3 كوب عصير برتقال

• 4\3 عصيدة باللبن والسكر القليل

• 2 بيضة نصف مسلوقة (برشت)
مع خبز

• لحم مفروم-بطاطس مسلوقة-خبز
او توست تفاحة -موزة

• كاسترد -مهلبية 4\3 كوب

• كوب لبن -بسكوتين

• كوب كاسترد-لبن رايب خبز
بالزبد

النظام الغذائي في حالات قيء الدم واسوداد البراز خلال نوبات الالام القرحة
توزيع الوجبات على مدار اليوم لغير النباتين – أشتوتجارد – كلية الطب
يناير 2007

- دجاج مفروم-بطاطس مسلوقة-
- خبز-كوب لبن رايب
- كوب لبن رايب

- 8 مساء
- قبل النوم



النظام الغذائي في حالات قيء الدم واسوداد البراز خلال نوبات الالام القرحة توزيع الوجبات على مدار اليوم للنباتين-أشتوتجارد -كلية الطب يناير 2007

- 4\3كوب عصير برتقال-4\3كوب عصيدة باللبن والسكر الخفيف
 - ملعقة كبيرة قشدة مع خبز
- جبن قريش -بطاطس مهروسة-خبز- موزة
 - مهلبية 4\3كوب
- كوب لبن رائب مع بسكوتين
 - لبن رائب -خبز بالزبد
- لبن رائب -بطاطس مسلوقة مهروسة- توست
 - كوب لبن رائب

8 صباح

10 صباحا

12 ظهرا

2 بعد الظهر

4 بعد الظهر

6 مساء

8 مساء

قبل النوم

توزيع وجبات مرضى القرحة بعد انقضاء المرحلة الحادة للقرحة على مدار اليوم (ممتد هذا النظام في فترة تتراوح ما بين 2-3 سنوات) –أشتوتجارد –كلية الطب يناير 2007

الافطار

- توست -او 2\1 رخيص
- بيض مسلوق
- زبدة بالعيش
- بسكوت
- شاي خفيف جدا
- بسكوت

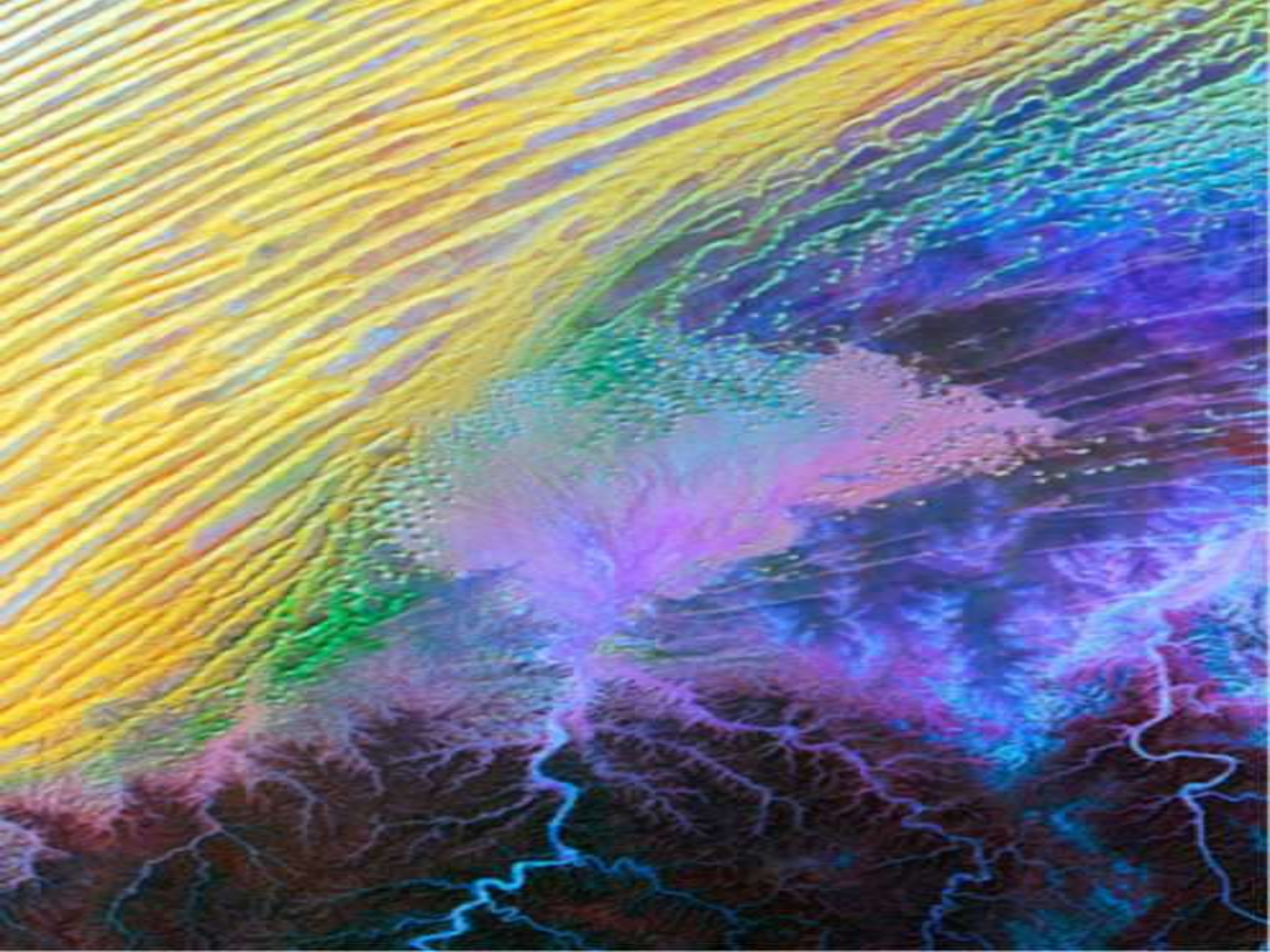
بين الوجبات

- خبز -ارز مسلوق -لحم مفروم -بطاطس
مهروسة -زبد
- لحم دجاج مهروس -حساء حصار
- جبن فريش -بسكوت لبن رايب

الغذاء

العشاء

قبل النوم



النظام الغذائي لمرضى قرحة المعدة والاثنا عشر بعد تماثلهم للشفاء على مدار
اليوم -أشتوتجارد -كلية الطب يناير 2007

- الافطار 8-9 صباحا
- بين الوجبات 10-11 و30
- الغذاء 12-30 و1
- بين الوجبات 405
- العشاء 8-30 و9
- قبل النوم



النظام الغذائي لمرضى قرحة المعدة والاثنا عشر لغير النباتين فى حالات تحسن الالم-أشتوتجارد -كلية الطب يناير 2007

عند الاستيقاظ

الأفطار 30 و8 صباحا

11 صباحا

الغذاء فى الواحدة ظهرا

30 و3 بعد الظهر

30 و5 بعد العصر

العشاء

قبل النوم

- شاي خفيف مع بسكويت
- عصير برتقال-عصيدة باللبن والسكر الخفيف-خبز-توست
- بسكويت او كوب لبن رائب
- دجاج مشوى ابطاطس مهروسة مشوية- خبز-ليمون حلو
- شاي خفيف-بسكويت-خبز
- توست -سلوتشات بيض مسلوق
- لحم ضأن مشوى-سمك مسلوق-بطاطس مهروسة وبسلة مسلوقة
- لبن رائب بسكويت

النظام الغذائي لمرضى قرحة المعدة والاثنا عشر للنباتيين في حالات تحسن الالم أشتوتجارد - كلية الطب يناير 2007

عند الاستيقاظ

الأفطار 30 و 8 صباحا

11 صباحا

الغذاء في الواحدة ظهرا

30 و 3 بعد الظهر

30 و 5 بعد العصر

العشاء

قبل النوم

- شاي خفيف وبسكويت او بقسماط
- عصير يرتقال - عصيدة بالبن وسكر خفيف - بيضة مسلوقة
- بسكويت وكوب لبن رايب
- كوب زيادي - بطاطس مهروسة مع جزر - ارز بالعدس (كشري 9 - خبز او توست - يرتقاله
- شاي خفيف - توست او بسكويت
- خبز - زبديه - بسكويت - سندوتشات جبن قريش بالظماطم
- بطاطس مهروسة - شربة عدس - ايس كريم
- لبن رايب - بسكويت

لمزيد من المعلومات يمكنك الرجوع الى المواقع
الآتية:

www.sehha.com

www.islamicmedicine.org

www.myoclinic.com

www.eabib.com

www.bbc.co.uk\health

www.drgreene.org

www.tashafi.com

www.ems.org.eg

www.your-doctor.net

نَعِيبُ زَمَانِنَا وَالْعَيْبُ فِينَا
وَمَا لَزَمَانِنَا عَيْبٌ سِوَانَا
وَنَهَجُوا ذَا الزَّمَانِ بِغَيْرِ ذَنْبٍ
وَلَوْ نَطَقَ الزَّمَانُ لَنَا هَجَانَا

رَبِّهِمُ اللَّهُ الشَّافِعِيُّ