



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)

کرون (بیماری التهابی روده) چیست؟



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۹/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۹/۰۱

کد پمفلت: PA-۲۷-۱۰۰۱

شماره بازنگری: ۰۲

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت
تهیه کننده: بخش گوارش- واحد آموزش سلامت

- ادویه جات و چاشنی هایی که تحمل نمی شوند مصرف نشود.
- در صورت مصرف نکردن لبنیات، مکمل کلسیم و ویتامین D طبق دستور پزشک توصیه می شود.
- عدم تحمل بعضی از غذاها معمول است که باید توسط خودتان شناسایی و از برنامه غذایی شما حذف شود.
- غذاهای سرخ شده و چرب -کره- خامه می تواند باعث تشدید اسهال و ایجاد نفخ شوند.

فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری چگونه است؟

- در زمان بروز حملات حاد بیماری استراحت بیشتر لازم است.
- به هنگام فواصل بین حملات و فروکش کردن علائم بیماری فعالیت خود را تا حد امکان از سر بگیرید.

منابع:

<https://www.wolterskluwer.com/en/solutions/uptodate>

<https://medlineplus.gov>

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید بصورت **رایگان** همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)

تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰

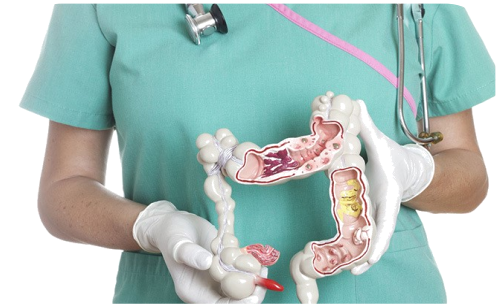
وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

توصیه های غذایی در بیماری کرون (IBD) شامل

چه مواردی است؟

- به علت وجود مشکلات ناشی از مصرف غذا و بی اشتهاهایی اغلب ترس از خوردن غذا وجود دارد در نتیجه شما باید از ابتلا به سوء تغذیه پیشگیری کنید.
- توصیه میشود غذا در وعده های بیشتر و در حجم کمتر مصرف شود تا دردهای شکمی پس از صرف غذا ایجاد نشود.
- غذاهای کم فیبر و کم باقیمانده توصیه می شود. اقلامی مانند مغزهای روغنی- حبوبات- سبزیجات و میوه های خام- ذرت- آرد گندم سبوس دار سرشار از فیبر است و باید در مراحل حاد بیماری و در صورت ایجاد ناراحتی کمتر مصرف شود.
- در صورت عدم تحمل بهتر است سبزیجات و میوه ها پخته و بخار پز مصرف شود.
- در اغلب افراد شیر و لبنیاتی که لاکتوز دارند (یعنی همان قندی که به طور طبیعی در شیر وجود دارد) تحمل نمیشود و بهتر است از ماست و به خصوص از نوع پروبیوتیک آن استفاده شود.
- در صورت وجود اسهال دریافت آب و مایعات باید افزایش یابد؛ همچنین مصرف مواد دارای پتاسیم لازم است.
- در صورت وجود علائم اسهال با رعایت همه نکات ندرتا مصرف داروی ضد اسهال ۱۵ تا ۲۰ دقیقه قبل از غذا لازم است.





مددجوی گرامی:

با آرزوی سلامتی برای شما

این مطالب به منظور آشنایی با بیماری کرون تهیه شده است. امید است با مطالعه مطالب قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

بیماری کرون (بیماری التهاب روده) چیست؟

بیماری کرون عبارت است از یک بیماری التهابی روده کوچک، روده بزرگ و سایر نقاط دستگاه گوارش است.

علائم شایع این بیماری شامل چه مواردی است؟

- * درد شکمی همراه با دل پیچه
- * اسهال مزمن که ۲ تا ۴ هفته طول بکشد.
- * درد گاهی در قسمت پایینی شکم در سمت راست که گاهی با التهاب آپاندیس اشتباه گرفته می شود.
- * کاهش اشتها و وزن
- * گاهی اجابت مزاج خونی



علائم هشدار دهنده کدام اند؟



- * اسهال مزمن
- * کاهش وزن
- * درد پیچشی شکم

عوامل تشدید کننده بیماری کرون چیست؟

- * استرس
- * قطع مصرف دارو
- * سابقه خانوادگی بیماری کرون
- * سیگار کشیدن

بیماری کرون چگونه تشخیص داده می شود؟

- * عکس برداری
- * کلونوسکوپی و نمونه برداری (کلونوسکوپی روشی برای بررسی جدار داخلی کولون یا روده بزرگ است که به کمک آن تمامی طول روده بزرگ از مقعد تا محل اتصال به روده کوچک بررسی میگردد).

بیماری کرون چگونه درمان می شود؟

- * با استفاده از دارو درمانی:
- * داروهای ضد التهابی و سرکوب کننده ایمنی
- * مکمل های ویتامینی
- * آنتی بیوتیک ها



عواقب مورد انتظار بیماری کرون چیست؟

حملات معمولاً در اوایل ۲۰ سالگی آغاز می شود و ممکن است سال ها ادامه یابد.

فواصل بین حملات از چند ماه تا چند سال متغیر است.

گاهی در موارد طول کشیده، بیماری کرون منجر به بروز تنگی- فیستول یا آبسه می شود که نیاز به جراحی پیدا میکند.

بیماری های همراه با این بیماری کدام است؟

- درد و التهاب مفاصل و ستون فقرات
- بیماری های پوستی- کبدی و چشمی

عوارض بیماری کرون چیست؟

- انسداد و سوراخ شدن روده ملتهب
- خونریزی و کم خونی
- آبسه های داخل شکم و اطراف مقعد
- کمبود ویتامین ب ۱۲ و سوء تغذیه
- فیستول و تنگی روده

