



راه های تشخیص و درمان توده معده چگونه است؟



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۹/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۹/۰۱

کد پمفلت: PA-۲۷-۱۰۰۸

شماره بازنگری: ۰۲

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



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

* بدن شما نیاز به کالری و پروتئین بیشتری دارد. با مصرف شیر، تخم مرغ و پنیر بیشتر می‌توان میزان جذب پروتئین را افزایش داد؛ همچنین با افزودن انواع سس‌ها و عصاره‌ها می‌توان کالری مورد نیاز بدن در این شرایط را تأمین کرد.

* شما باید با توجه به توده معده ویتامین D، کلسیم و آهن بیشتری را از رژیم غذایی خود جذب کنید.

* ماهی ساردین، کلم برگ، گل کلم، شیر، تخم مرغ، پنیر و نان کلسیم مورد نیاز بدن را تأمین می‌کنند.

* ویتامین D نیز در مارگارین، کره، ماهی چرب و تخم مرغ موجود است.

* آهن موجود در گوشت قرمز بهتر از آهن موجود در ماهی، سویا، زرده تخم مرغ، سبزیجات با برگ سبز و میوه‌های خشک شده جذب می‌شود.

* سیگار نکشید:

اگر سیگار می‌کشید، آنرا ترک کنید.

استعمال دخانیات با انواع توده‌ها خصوصاً توده های دستگاه تنفسی و ریه رابطه مستقیم دارد.

منابع:

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

<https://medlineplus.gov>

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می‌توانید 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

توده معده چگونه درمان می‌شود؟

* شیمی درمانی

* پرتو درمانی

* عمل جراحی

* ایمونوتراپی

* مانند واکسن و دارو

طرح دقیق درمان شما بستگی به مبدأ و علت توده دارد. سن و سلامت کلی نیز می‌توانند نقش داشته باشند. به غیر از درمان سلول‌های غیرطبیعی در معده، هدف درمان این است که از پخش سلول‌ها جلوگیری شود.

چگونه با توده معده زندگی سالم تری داشته باشیم؟

* سعی کنید هر روز میوه‌ها و سبزیجات بیشتری را به رژیم خود اضافه کنید. اصولاً برای افرادی که مبتلا به توده هستند مصرف میوه‌ها و سبزی‌هایی که دارای آنتی‌اکسیدان هستند بیشتر توصیه می‌شود. همچنین تمام میوه‌هایی که مزه ترش و رنگ‌های تیره دارند از آنتی‌اکسیدان فراوان برخوردار بوده و قدرت اثربخشی بیشتری خواهند داشت.

* رژیم غذایی سرشار از مواد مغذی و دارای میزان صحیح ویتامین‌ها، موادمعدنی، پروتئین‌ها و کالری‌ها با توجه به تأثیرگذاری بر قدرت بیمار و تسریع روند درمان بخش مهمی از فرایند درمان توده معده به شمار می‌رود.



❖ عوامل خطر ساز بیماری توده معده چیست؟

- عفونت معده با باکتری هلیکوباکتر معده
- ابتلا به گاستریت (التهاب و ورم) مزمن معده
- سن بالا (بیش از ۵۰ سال)
- جنس مذکر
- کم خونی
- سیگار کشیدن
- پولیپ معده (برجستگی بافت معده)
- رژیم غذایی ناسالم و حاوی نیترات بالا شامل رژیم سرشار از نمک زیاد و پرچرب (مخصوصا فست فودها) و همچنین آماده سازی نامناسب غذا و یا استفاده از غذاهای مانده جزو مهمترین عوامل خطر ابتلا به توده معده است.

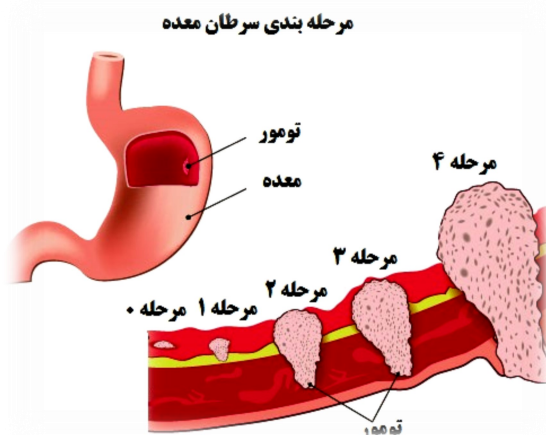
❖ توده معده چگونه تشخیص داده می شود؟

- * ارزیابی عادات- وضعیت سلامت و بیماری
- * انجام معاینات بالینی
- * بررسی آزمایشگاهی شامل نمونه گیری خون و بررسی خون پنهان در مدفوع
- * رادیوگرافی بلع باریم
- * آندوسکوپی فوقانی دستگاه گوارش و نمونه برداری



توده معده در طی سالیان و به آرامی رشد می کند ولی قبل از اینکه توده به معنای واقعی ایجاد شود تغییراتی در لایه های معده ایجاد می شود.

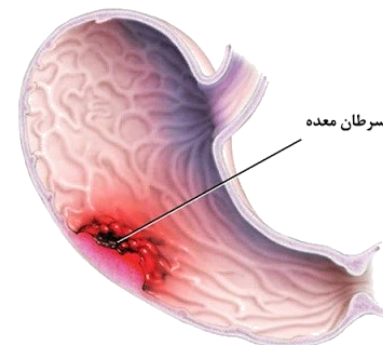
تغییرات اولیه به ندرت علائم ایجاد می کنند اما در صورتی که در این مرحله متوجه شروع بیماری شوید شانس بهبودیتان افزایش می یابد.



تخمین زده می شود که بیش از یک سوم تمام موارد توده ها قابل پیشگیری و یک سوم دیگر به شرط تشخیص زود هنگام ، بالقوه درمان پذیر می باشند.

❖ علائم و نشانه های توده معده چیست؟

- * خستگی
- * نفخ پس از خوردن غذا و دل درد
- * سوزش شدید سر دل
- * کاهش وزن ناخواسته
- * تهوع ناخواسته و تهوع مداوم
- * استفراغ مکرر
- * سوء هاضمه



مددجوی گرامی:

با آرزوی سلامتی برای شما

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

❖ بیماری توده معده چیست؟

معده یکی از اعضای موجود در شکم و بخشی از دستگاه گوارش است و مانند هر کدام از اعضای دیگر مستعد ابتلا به توده می باشد. پس از آنکه غذا جویده و بلعیده شد از طریق لوله ای به نام مری از دهان وارد معده می شود.

معده عضوی کیسه مانند و دارای ۵ قسمت مختلف میباشد که ترشحات مختلفی برای هضم غذا ترشح می کنند.

توده در هر کدام از این نواحی پنهان شده ممکن است شروع شود و گاهی علائم و میزان بهبودی بر حسب محل ابتلا متفاوت است.

دیواره معده از پنج لایه تشکیل شده است. داخلی ترین لایه که حائز اهمیت است لایه مخاطی نامیده می شود و اکثر توده های معده نیز از این قسمت شروع می شود.

