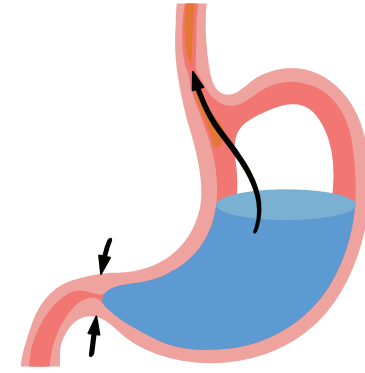


خزل المعدة



CONTACT US

SWITCHBOARD: + (965) 2224 2999
HOTLINE: + (965) 1877 877
FAX: + (965) 2249 2436
OR VISIT US AT: www.dasmaninstitute.org

 dasmaninstitute

 dasmaninstitute

 dasmaninstitutekwt

 dasmandiabetesinstitute

الطبعة الأولى



معهد دسمان للسكري
Dasman Diabetes Institute



أحد مراكز
Center

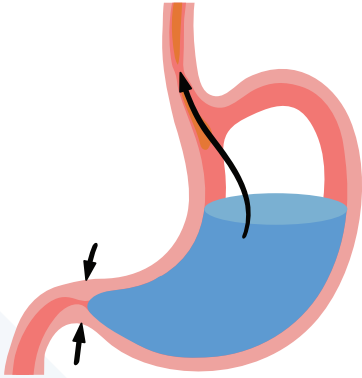


خزل
المعدة

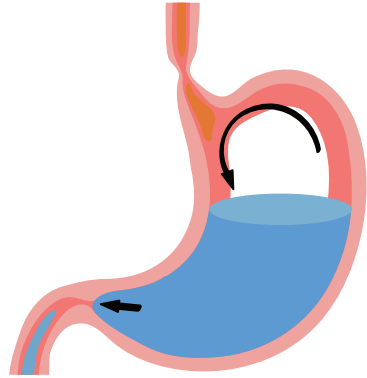
تعريف خزل المعدة

قد تكون أحد مضاعفات السكري التي تؤثر على عملية هضم الطعام. وهذه الحالة تؤثر على حركة عضلات المعدة. ففي الحالات الطبيعية، تتقلص هذه العضلات بصورة تلقائية لدفع الطعام عبر القناة الهضمية. أما في حال الإصابة بخزل المعدة، تكون حركة المعدة بطيئة أو ربما تتوقف مما يمنع عملية تفرغ الطعام من المعدة. فيترتب على ذلك مشاكل بالتغذية وتقلبات في مستوى السكر في الدم وتدهور في السيطرة على السكري. وتعتبر أحد الأعراض السريرية للاعتلال العصبي الذي يضعف حركة الجهاز الهضمي.

خزل المعدة



المعدة الطبيعية



أسباب الحدوث

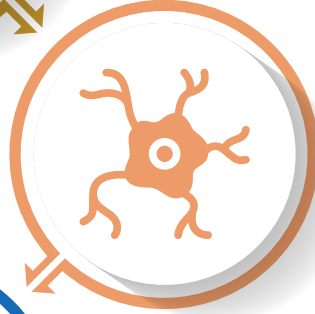
قد تحدث هذه الحالة لدى المصابين بالسكري خاصة عند ضعف السيطرة على سكر الدم وارتفاع مستويات السكر بالدم لفترات طويلة والتي تمتد لسنوات فقد تؤدي إلى إتلاف الأعصاب حول المعدة والتي تؤثر على حركة المعدة اللازمة لتحريك الطعام من المعدة للأمعاء.

عوامل الخطورة



خمول الغدة الدرقية

الإصابة ببعض أمراض
الجهاز العصبي مثل شلل
الرعاش (الباركنسون)



ضعف السيطرة
على السكري

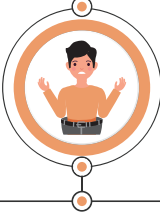
تناول بعض الأدوية مثل
المسكنات المخدرة



إجراء عمليات جراحية
للبنطن أو المرئ

الأعراض والعلامات المصاحبة

تتمثل أعراض وعلامات الإصابة بخزل المعدة في الآتي:



فقدان الشهية
فقدان الوزن
سوء التغذية



تقلب مستويات سكر الدم (ارتفاع أو هبوط سكر الدم)



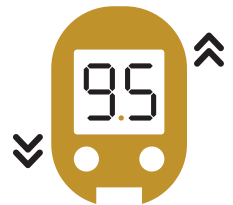
الغثيان
القيء
الارتجاع
ألم البطن

العلاج

عند التأكد من الإصابة بخزل المعدة، فبإمكان الطبيب بالتعاون مع المصاب والفريق الطبي المعالج من السيطرة على الحالة. ومن الأمور التي تساعد على تحسن خزل المعدة:

ضبط معدلات سكر الدم

يمكن أن يساعد الحفاظ على نسبة السكر في الدم ضمن الهدف في تحسين أعراض خزل المعدة. فقد يؤدي ارتفاع مستويات الجلوكوز في الدم إلى إفراغ المعدة بشكل أبطأ وتفاقم الأعراض. وللمساعدة على تحسين مستويات سكر الدم، يتوجب فحص نسبة السكر في الدم قبل وبعد الوجبات.



بإمكان فريق الرعاية الصحية اختيار الأدوية الخافضة للسكر أو الإنسولين الأفضل للسيطرة على هذه الحالة وتنظيم أوقات تناولها.

مزامنة الإنسولين مع امتصاص الطعام

قد يحتاج بعض المصابين إلى تناول الأنسولين بعد الأكل، أو بالنسبة للأشخاص الذين يستخدمون مضخات الأنسولين - قد يكون استخدام الجرعة الممتدة أو المزدوجة مناسباً. قد لا تتطلب الوجبات منخفضة الدهون والألياف والكربوهيدرات سهولة الامتصاص هذا التدخل.



تناول وجبات صغيرة بانتظام

يمكن أن يؤدي تناول وجبة كبيرة إلى إفراغ المعدة بشكل أبطأ وقد يؤدي إلى تفاقم الأعراض. لذا، فإن تناول وجبات صغيرة ومتكررة يساعد على امتصاص العناصر الغذائية التي يحتاجها الجسم بشكل أفضل. ينصح بتناول ثلاثة وجبات رئيسية صغيرة يومياً مع تناول وجبات خفيفة صغيرة بينهما.



الحد من الأطعمة الغنية بالدهون

الأطعمة الغنية بالدهون بطيئة في الهضم ويمكن أن تزيد الأعراض سوءاً. ينصح بالحد من تناول الأطعمة الغنية بالصلصات الكريمية والأطعمة المقلية والوجبات السريعة.



تجنب الاستلقاء

أو النوم لمدة ساعتين من بعد الانتهاء من الأكل.



التقليل من شرب السوائل مع الوجبات



من الأفضل شرب السوائل قبل 30 دقيقة على الأقل من تناول الطعام أو بعده.

مضغ الأطعمة جيدًا

يساعد المضغ أو الهرس على تسهيل هضم الطعام بمجرد دخوله إلى المعدة. الأطعمة مثل البطاطس أو والخضروات المهروسة، واللحوم المفرومة أو الحساء المهروس يمكن تحملها بشكل أفضل من الأطعمة الصلبة والأكبر.



تناول الخضار والفاكهة بعد طهيها بدلا من أكلها نية

يعتبر تناول الفواكه والخضروات المطبوخة أفضل من تناول الأصناف النيئة والتي توفر الكثير من الفيتامينات والمعادن والألياف التي يحتاجها الجسم. لمعرفة تفاصيل أكثر، يرجى مراجعة اختصاصي التغذية.



الحاجة إلى الفيتامينات أو المكملات الغذائية

قد يقوم الطبيب بوصف بعض الفيتامينات أو المكملات الغذائية أو أدوية تمكن من التغلب على الأعراض.



اعتبارات أخرى

في بعض الحالات، يمكن أن تؤدي المشروبات الغازية إلى تفاقم الأعراض، لذا يوصى بالحد من تناولها. يمكن للكحول وتسخين التبغ أن يؤخر إفراغ الطعام من المعدة ويجب الحد منه أو تجنبه.



في حالة الإصابة بالغثيان والقيء الشديد، يتوجب الحفاظ على رطوبة الجسم عن طريق تناول كميات مناسبة من الماء بانتظام مع مراعاة تناول كمية صغيرة من الحساء (الشورية السائلة) الغير دسمة أو المشروبات الرياضية كل ساعة لتجنب الجفاف.



تجنب المشروبات المحلاة.



لتلقي استفساراتكم **والرسائل التوعوية الاسبوعية** الصادرة من وحدة التثقيف والتدريب في معهد دسمان للسكري، ومتابعة أنشطة وفعاليات الوحدة، يرجى حفظ رقم الواتس اب التابع للوحدة على جهاز الهاتف الخاص بكم:



22216041

وإرسال رسالة نصية

"أرغب بالمشاركة"

مع الاعتذار عن عدم الرد على أي استفسار يتعلق بالمواعيد في أي من عيادات المعهد التخصصية أو الخدمات الأخرى التي يقدمها المعهد.



مع تحيات

قسم التثقيف والتدريب في معهد دسمان للسكري