

کولیت زخمی یا کولیت اولسروز

فرمی از بیماری التهابی روده است که روده ها به خصوص روده بزرگ شامل کولون و رکتوم را درگیر می کند. علت اصلی و دقیق این بیماری مشخص نمی باشد، اما به نظر می رسد باکتری و یا ویروس های ناشناخته ای باعث بروز آن می شود. همچنین استرس باعث تشدید این بیماری می شود.

این بیماری با نام رکتوکولیت هموراژیک یا التهاب زخمی روده بزرگ شناخته می شود. علامت ویژه بیماران اسهال خونی است که به تدریج بیشتر می شود. گاه این بیماری با IBS یا سندرم روده تحریک پذیر اشتباه می شود، که یک بیماری آزار دهنده ولی خفیف است. التهاب زخمی کولون شباهت به بیماری کرون دارد، که مشکل دیگری از بیماری های التهابی روده است.

کولیت زخمی یک بیماری متناوب است، با دوره های تشدید علایم و دوره های بهبودی که در آن تقریباً هیچ گونه علامتی دیده نمی شود. با وجود آنکه علایم التهاب زخمی کولون گاهی می تواند خود به خود بهبود یابد، ولی این بیماری معمولاً نیاز به درمان دارد.

علائم

- درد یا ناراحتی
- خون در دستشویی
- مدفوع خونی و یا رنگی
- اسهال
- مدفوع بدبو
- نیاز مکرر به اجابت مزاج
- تاول پوستی
- برجستگی پوستی
- از دست دادن وزن (غیر ارادی)
- پوست زرد
- تغییر در مدفوع
- درد مفصل
- دهان دردناک
- چشم های زرد
- کرامپ (گرفتگی) معده

- درد مفاصل، چون کولیت زخمی گاه علاوه بر دستگاه گوارش به سایر اعضای بدن نیز تاثیر می گذارد و منجر به التهاب مفاصل و مشکلات پوستی می شود.

تشخیص بیماری:

- معاینه مقعدی
 - معاینه کامل شکم
 - معاینه مفاصل
 - آزمایش خون و مدفوع
- کولونوسکوپی:
- کولونوسکوپی به پزشک اجازه می دهد بررسی مستقیم بر روی روده بزرگ و راست روده انجام دهد و نمونه برداری یا بیوپسی (Biopsy) انجام گیرد و این کار به تشخیص دقیق بر بیماری کمک می کند. غربالگری و نظارت بر بیمار جهت پیشگیری و تشخیص زود هنگام سرطان روده بزرگ



کولیت زخمی یا کولیت اولسروز



تهیه و تنظیم:

گروه آموزش به بیماران ارتقای سلامت بیمارستان مهراد

تاریخ بازنگری: اردیبهشت ۱۴۰۵

خود مراقبتی در کولیت اولسراتیو

- ❖ سعی کنید که غذاهای چرب و غذاهای پر فیبر از قبیل آجیل، دانه ها و ذرت یا غذاهایی که علایم شما را بدتر می کند.
- ❖ از خوردن هرگونه غذاها یا نوشیدنی هایی که باعث تحریک علایم می شود اجتناب کنید.
- ❖ افراد با عدم تحمل نسبت به لاکتوز باید مصرف فراورده های لبنی را قطع کنند.
- ❖ وعده های غذایی کوچک بخورید.
- ❖ اسیدهای چرب امگا ۳ را مصرف کنید.
- به عنوان بخشی از یک رژیم غذایی سالم اسیدهای چرب امگا ۳، چربی های سالم موجود در غذاهایی مانند ماهی ممکن است التهاب را از بین ببرد و علائم کولیت اولسراتیو را تسکین دهد.
- ❖ سعی کنید استرس را با تکنیک های آرام سازی کاهش دهید. از تمرینات تنفسی و مدیتیشن استفاده کنید.
- ❖ ورزش های سبک انجام دهید.

عوامل تشدید کننده کولیت اولسراتیو

استفاده از آسپیرین، داروهای ضد درد و ضد التهابهای غیراستروئیدی، استرس، فیبر زیاد غذاهای چرب، کافئین، نوشیدنی های گازدار وضعیت را بدتر می کند.

درمان:

این بیماری مزمن بوده و دارای درمان قطعی نمی باشد، بنابراین آموزش نحوه زندگی با این بیماری مهم است. مصرف کامل و به موقع داروهای تجویز شده منجر به بازیابی سلامتی شده و از عوارض بعدی جلوگیری می کند.

ممکن است داروهای گروه کورتیکواستروئید به صورت خوراکی و یا وریدی نیز برای کاهش التهاب تجویز شود. درمان توسط سرکوب سیستم ایمنی بدن نیز روشی است که منجر به کاهش التهاب می شود.