



بایدها و نبایدهای روزه داری در مبتلایان به بیماری های گوارشی

یک فوق تخصص گوارش و کبد تاکید کرد: «اکثر افراد مبتلا به بیماری های دستگاه گوارش در صورتی که بیماری آنها حاد و فعال نباشد می توانند روزه بگیرند.»

دکتر آگاه در گفتگو با سلامت نیوز:

بایدها و نبایدهای روزه داری در مبتلایان به بیماری های گوارشی

سلامت نیوز: یک فوق تخصص گوارش و کبد تاکید کرد: «اکثر افراد مبتلا به بیماری های دستگاه گوارش در صورتی که بیماری آنها حاد و فعال نباشد می توانند روزه بگیرند.»

دکتر شهرام آگاه در گفتگو با خبرنگار سلامت نیوز گفت: «اکثر افراد مبتلا به بیماری های دستگاه گوارش در صورتی که بیماری آنها حاد و فعال نباشد و تحت نظارت پزشک باشند ممانعتی برای روزه گرفتن ندارند.»

وی ادامه داد: «بیمارانی که مبتلا به بیماری های دستگاه فوقانی هستند از جمله رفلاکس که ناشی از برگشت اسید از معده به مری است گرفتن روزه برای این افراد ضرری ندارد و این بیماری در بسیاری از افراد با روزه گرفتن نه تنها تشدید نمی شود بلکه خوردن غذا باعث کاهش سوزش سردل و علائم رفلاکس می شود اما باید توجه داشت که خوردن غذای زیاد بلافاصله بعد از افطار و یا مصرف حجم زیاد غذا در سحر و یا خوابیدن به دنبال غذا خوردن می تواند باعث تشدید بیماری آنها شود. توصیه می شود بیماران مبتلا به رفلاکس به هنگام روزه گرفتن از مصرف غذای چرب پرهیزند و بلافاصله بعد از خوردن غذا نخوابند و یا از دراز کشیدن خودداری کنند.»

این فوق تخصص گوارش و کبد گفت: «در بیماران مبتلا به زخم های پپتیک که شامل زخم معده و زخم اثنی عشر می شود باید گفت معمولا زخم اثنی عشر با نخوردن غذا تشدید می شود و زخم معده با خوردن غذا بدتر می شود و در اغلب موارد اگر زخم درمان شده باشد روزه داری بلامانع است اما توصیه می شود در صورتی که روزه داری موجب تشدید درد این بیماران می شود از روزه گرفتن خودداری کنند اما معمولا اگر بیماری این افراد حاد باشد و بیمار دارو مصرف کند و با دارو بیماری خود را کنترل کند روزه داری بلامانع است.»

وی ادامه داد: «از دیگر بیماری های دستگاه گوارش فوقانی می توان به سوء هاضمه بدون زخم اشاره کرد که بعضا این بیماری با نخوردن غذا تشدید می شود و بعضا با نخوردن غذا بهتر می شود و اگر همزمان با مصرف دارو درد افراد کنترل می شود و روزه داری موجب تشدید علائم بیماری نمی شود افراد مبتلا ممانعتی برای روزه گرفتن ندارند.»

این دانشیار دانشگاه علوم پزشکی تهران گفت: «دسته دیگر بیماری های دستگاه گوارش مربوط به گوارش تحتانی می شود که می توان به اسهال اشاره کرد. افرادی که مبتلا به اسهال حاد شده اند به دلیل اینکه این بیماری منجر به از دست دادن آب بدن می شود روزه داری برای این افراد ممنوع است بنابراین طی این بیماری نباید روزه گرفت اما در افرادی که مبتلا به اسهال مزمن هستند و مشکل آنها با دارو کنترل می شود می توانند روزه بگیرند.»

وی ادامه داد: «از دیگر مشکلات دستگاه گوارش تحتانی می توان به یبوست اشاره کرد که معمولا این بیماری با روزه گرفتن و نخوردن غذا تشدید می شود توصیه ای که به این افراد می شود این است که اگر می خواهند روزه بگیرند به هنگام سحری و افطار سبزی و میوه فراوان مصرف کنند چرا که ضمن کاهش تشنگی در طول روز یبوست را کاهش می دهد. در صورتی که یبوست همراه با علائم انسدادی نیست روزه گرفتن بلامانع است.»

این عضو انجمن گوارش و کبد افزود: «بیماری التهابی روده ای از دیگر بیماری های دستگاه گوارش تحتانی است که روزه داری در افرادی که بیماری آنها با مصرف دارو کنترل می شود و همزمان خونریزی کنترل شده است بلامانع است نکته مهم این است که این افراد بایستی مصرف داروی خود را به هنگام سحری و افطار فراموش نکنند در غیراینصورت قطع مصرف دارو منجر به تشدید علائم بیماری می شود.»

وی ادامه داد: «روزه گرفتن در افراد مبتلا به سندرم روده تحریک پذیر در صورت تشدید علائم ممنوع است اما علائم این بیماری در بسیاری از افراد با نخوردن غذا کاهش پیدا می کند که در اینصورت روزه داری بلامانع است.»

دکتر شهرام آگاه گفت: #171 در مورد افرادی که مبتلا به بیماری های کبدی از جمله هپاتیت حاد هستند روزه داری ممنوع است و در خصوص مبتلایان به هپاتیت مزمن فعال باید گفت در صورتی که با مصرف دارو بیماری آنها کنترل می شود می توانند روزه بگیرند اما بیمارانی که مشکل کبدی در آنها منجر به سیروز کبدی و نارسایی مزمن کبدی شده است روزه گرفتن ممنوع است چرا که در صورت روزه داری کنترل آب الکترولیت های بدن به خوبی صورت نمی گیرد.