



مصرف برخی ویتامین ها باعث بروز علائم سوء هاضمه در افراد می شود

یک فوق تخصص گوارش و کبد با بیان اینکه مشکل سوء هاضمه در افراد علت زمینه ای یکسانی ندارد مصرف برخی از ویتامین ها مثل آهن یا کلسیم را عامل بروز علائم سوء هاضمه در افراد دانست.

سلامت نیوز: یک فوق تخصص گوارش و کبد با بیان اینکه مشکل سوء هاضمه در افراد علت زمینه ای یکسانی ندارد مصرف برخی از ویتامین ها مثل آهن یا کلسیم را عامل بروز علائم سوء هاضمه در افراد دانست.

دکتر شهرام آگاه در گفت و گو با خبرنگار سلامت نیوز گفت: «#171؛ به مجموعه عواملی که در هضم غذا مشکل ایجاد می کند سوء هاضمه گفته می شود و باید دانست که در تمامی مواردی که اصطلاحاً به آن سوء هاضمه گفته می شود ممکن است مشکل هضم غذا وجود نداشته باشد اما باید توجه داشت که این مسئله ممکن است همراه با درد، سوزش و یا احساس سنگینی سردل همراه باشد.»

این دانشیار دانشگاه علوم پزشکی تهران ادامه داد: «#171؛ معمولاً در بیمارانی که به این مشکل دچار هستند ممکن است در معده و یا مری آنها مشکلات متعددی وجود داشته باشد که این مشکلات علت زمینه ای یکسانی ندارند گرچه تظاهرات یکسانی داشته باشند.»

وی افزود: «#171؛ بیشتر بیمارانی که از علائم این بیماری رنج می برند هیچ ضایعه عفونی در دستگاه فوقانی آنها مشاهده نمی شود به این معنی که اگر این افراد رادیوگرافی و یا آندوسکوپی شوند زخمی در معده و یا اثنی عشر آنها دیده نمی شود و مشکل سوء هاضمه آنها بدون زخم است و می توان گفت حدود 50 تا 60 درصد از افراد دچار سوء هاضمه های بدون زخم هستند.»

این عضو انجمن گوارش و کبد ایران در ادامه اظهار داشت: «#171؛ حدود 25 تا 30 درصد از افرادی که به سوء هاضمه مبتلا هستند دچار زخم در دستگاه گوارش فوقانی بوده که این زخم ممکن است در معده یا اثنی عشر آنها دیده شود و حدود 15 درصد از بیمارانی که از علائم سوء هاضمه رنج می برند مشکل زمینه ای آنها ریفلاکس معده است.»

وی گفت: «#171؛ معمولاً افرادی که دچار سوء هاضمه هستند ممکن است این بیماری به شکل های مختلفی در آنها تظاهر کند و این بیماری در برخی از افراد مبتلا به صورت درد در ناحیه فوقانی شکم بروز می کند که ممکن است با غذا خوردن حالت آنها بهتر شده و یا درد در آنها تشدید شود در عده دیگر از افراد مبتلا به سوء هاضمه احساس ناراحتی در قسمت فوقانی شکم وجود دارد و در برخی دیگر این بیماری به شکل نفخ یا سنگینی سردل و یا سیری زودرس خود را نشان می دهد و در عده ای دیگر از بیماران برگشت غذا و یا ترشحات ترش یا تلخ مزه در دهان احساس می شود که می تواند علامتی از سوء هاضمه باشد.»

این عضو انجمن گوارش و کبد آمریکا گفت: «#171؛ برای تشخیص این بیماری ابتدا بایستی به شرح حال بیمار توجه کرد و از بیمار پرسیده می شود که آیا داروی خاصی مصرف می کند چرا که مصرف بسیاری از داروها در بروز این بیماری نقش موثری دارند که ممکن است مورد توجه بیمار نباشد به عنوان مثال مصرف برخی ویتامین ها مثل آهن یا کلسیم می تواند باعث بروز علائم سوء هاضمه در افراد شود.»

وی ادامه داد: «#171؛ دومین مسئله ای که در شرح حال بیمار بایستی مورد توجه قرار گیرد بررسی وجود یا عدم وجود علائم خطر در افراد است و بیمارانی که دچار کاهش وزن یا استفراغ های خونی، دفع مدفوع سیاه رنگ (که علائمی از خونریزی گوارشی است)، استفراغ های مکرر و یا سابقه سرطان های گوارشی در خانواده را شرح می دهند بایستی به عواملی مثل تومورهای دستگاه گوارش فوقانی توجه شود.»

دکتر شهرام آگاه افزود: «#171؛ از بیمارانی که دارای علائم خطر هستند بایستی آزمایش های کاملی انجام شود همچنین آندوسکوپی دستگاه گوارش فوقانی در بیمارانی که علائم خطر ندارند یک عامل تعیین کننده دیگر است و در بیمارانی که کمتر از 45 سال سن دارند و عامل خطری هم در شرح حال آنها وجود ندارد توصیه به آندوسکوپی می شود و با توجه به شیوع بالای میکروب هلیکوباکتر در ایجاد سوء هاضمه هایی که فرد دچار زخم های گوارشی نیز هست تست های غیرتهاجمی بررسی میکروب هلیکوباکتر انجام می گیرد و در صورت مثبت بودن آن بایستی درمان صورت گیرد.»

وی گفت: «#171؛ برای بیمارانی که تست هلیکوباکتر آنها منفی است یک دوره درمان دارویی و آزمایشی در نظر گرفته می شود و بیمارانی که آندوسکوپی انجام می دهند براساس یافته های آندوسکوپی تحت درمان قرار می گیرند.

در بیمارانی که آندوسکوپی نکرده اند و تست هلیکوباکتر آنها مثبت بوده است یک دوره درمان در آنها صورت می گیرد و در صورتی که بیمار به درمان جواب نداد بایستی آندوسکوپی در این افراد انجام شود و در بیمارانی که پزشک تشخیص می دهد سوء هاضمه آنها همراه با زخم یا ریفلاکس معده است داروهای آنتی اسید یا داروهای مهارکننده H2 مانند رانیتیدین یا داروهایی مثل امپروازول مورد استفاده قرار می گیرد که البته باید دانست که بسیاری از بیماران به یک دوره درمان پاسخ نمی دهند و پزشک متخصص بایستی داروهای دیگری برای این افراد تجویز کند.»

این فوق تخصص گوارش و کبد در خصوص رژیم های غذایی این افراد گفت: «#171؛ بهترین توصیه این است که افراد از مصرف غذاهایی که موجب تشدید بیماری در آنها می شود پرهیز کنند و رژیم های غذایی اختصاصی برای این افراد وجود ندارد اما به افرادی که از احساس سنگینی سردل رنج می برند توصیه می شود از مصرف غذاهای پرچرب خودداری کنند و بیمارانی که دچار نفخ مزمن هستند بهتر است حتی الامکان از حبوبات کمتر مصرف کنند و کسانی که دچار سوزش سردل هستند از مصرف ترشی و فلفل اجتناب کنند و افرادی که با خوردن شیر دچار نفخ می شوند بایستی از دیگر لبنیات و یا از شیرهای بدون لاکتوز استفاده نمایند.»

بیشتر: ..:سلامت نیوز:سرویس خبری: داروها:مصرف برخی ویتامین ها باعث بروز علائم سوء هاضمه در افراد می شود:::