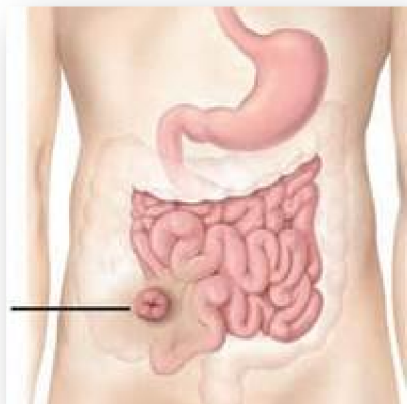


مقعد سوراخ نشده



نفخ: برای رفع این مشکل رعایت نکات زیر موثر است:

- برنامه غذایی باید مرتب باشد؛ زیرا حذف يك وعده غذایی سبب نفخ بیشتر می شود.
- بیمار باید آرام باشد و با دهان پر حرف نزند.

- از آدامس جویدن و هورت کشیدن خودداری شود.

- نان تست، بیسکویت ترد، نان سوخاری و ماست جلوی نفخ را می گیرد.

اگر بیمار از نفخ زیاد رنج می برد، می تواند موارد زیر را نیز محدود یا فقط یک مورد از آنها را در هر وعده غذایی مصرف کند.

این غذاها نباید برای همیشه از رژیم حذف شوند، مگر آنکه بیمار مطمئن شود واقعا برایش حس ناخوشایندی ایجاد می کند:

نوشابه گازدار، مارچوبه، ماهی، گوشت، بروکلی، شیر، غذاهای ادویه دار، کلم بروکسل، مغزها، چای بابونه، کلم، پیاز، تربچه، گل کلم، انواع قندها، قارچ، خیار، خربزه، ذرت، لوبیا و طالبی

بیوست: بیوست ملایم از راه های زیر برطرف می شود:

- افزایش مصرف مایعات (آب، چای کمرنگ، آبمیوه)

- مصرف غذاهای پرفیبر مثل میوه های تازه، سبزی های خام و پخته، غلات کامل

- در برخی افراد، قهوه، شکلات، آب لیمو، آب آلو، شیرین بیان (licorice) باعث بهبود بیوست می شود.

- ورزش

اسهال: غذاهای زیر به کاهش اسهال کمک می کنند:

پوره سیب زمینی، موز، ماکارانی، کته، پنیر، چای کمرنگ، پوره سیب، کره بادام زمینی، شیر، نان.

امتحان کردن غذاها به صورت تک تک: باید امتحان شود که کدام غذاها باعث مشکلاتی مثل نفخ، یبوست، مدفوع شل یا بوی بد می شود. اگر غذایی مشکلی ایجاد کرد، بهتر است چند هفته حذف و بعد دوباره اضافه شود.

جلوگیری از افزایش وزن: وزن اضافه برای استومی خوب نیست و می تواند سلامتی را مختل کند.

نوشیدن مایعات زیاد: دفع مایعات از استوما بیشتر از حالت معمول است. بیماران ایلئوستومی و نیز بیماران کولوستومی که قسمت زیادی از روده بزرگ خود را از دست داده اند، مایعات بیشتری از دست می دهند، زیرا بازجذب عمده مایعات در کولون صورت می گیرد.

به یاد داشته باشید که افراد واکنش یکسانی به یک غذا نشان نمی دهند.

علاوه بر نکات بالا که همه افراد باید رعایت کنند، برخی بیماران با مشکلات دیگری مانند انسداد استوما، نفخ، اسهال و یبوست روبرو می شوند؛ بنابراین ضروری است که همه بیماران با مواد غذایی ایجادکننده این حالات و نیز چگونگی مقابله با آنها آشنا شوند.

مواد غذایی زیر به عنوان مولد بو شناخته شده اند:

انسداد: این مواد لازم نیست حذف شوند، فقط باید مقدار کمی از آنها خورده و خوب جویده شود:

پرتقال، گریپ فروت، کرفس، آناناس، فلفل سبز، خیار، زیتون، آجیل، سوسیس، کالباس، قارچ، ترشیجات، مارچوبه، نخودفرنگی، نارگیل، ذرت و ذرت بوداده، میوه های خشک و اسفناج.

بوی نامطبوع: مواد غذایی زیر به عنوان مولد بو شناخته شده اند:

تربچه، گل کلم، کلم، شلغم، لوبیا، پیاز، سیر، مارچوبه، تخم مرغ، لیمو، ماهی، خیار، فلفل سبز، کافئین، الکل

وضعیتی است که مقعد بیمار یا اصلاً وجود ندارد یا به جای آن، یک سوراخ کوچک در محل دیگری غیر از محل طبیعی مقعد ایجاد شده است.

این کودکان ممکن است به طور همزمان با این مشکل ناهنجاریهای دیگری نیز داشته باشند. از جمله ناهنجاریهایی در ستون فقرات، قلب، مری و نای، سیستم ادراری و اندامها.

در بیماران مقعد بسته، شدت ضایعه بسیار متفاوت است. گاهی تشکیل نشدن مقعد ممکن است همراه با عدم تشکیل استخوان خاجی و اعصاب و عضلات مربوط به مقعد یا عدم تشکیل قسمت یا تمام روده بزرگ باشد. گاهی کلیه قسمت‌های داخلی ساخته شده اند و مقعد فقط با یک لایه پوست پوشیده شده است که بسته به نظر می‌رسد.

در نوع اول شدت ضایعه بسیار زیاد و در نوع دوم بسیار کم است. هر چه شدت ضایعه بیشتر باشد، ناهنجاریهای همراه بیشتر می‌باشد.

تشخیص :

تشخیص با معاینه بالینی ۱۸-۱۲ ساعت بعد از تولد صورت می‌گیرد. در نگاه به ناحیه نشیمن گاه یا اصلاً مقعد وجود ندارد و یا به صورت سوراخ کوچکی در محل دیگری غیر از محل اصلی مقعد قرار گرفته است.

معاینه بالینی دقیق برای برنامه ریزی چگونگی درمان در حدود ۹۰ درصد موارد کافی است و در ۱۰ درصد موارد که امکان ارزیابی با معاینه وجود ندارد، از سونوگرافی، رادیوگرافی ساده ویا MRI استفاده خواهد شد.

درمان :

در اولین برخورد با بیمار باید او را از نظر علائم حیاتی ارزیابی کرد. در صورتیکه وضعیت عمومی خوب باشد. پس از ۱۸-۱۲ ساعت وضعیت مقعد مجدداً بررسی میشود.

علت ارزیابی مجدد این است که در ساعات اولیه تولد هنوز مدفوع اولیه نوزاد (مکنونیوم) به انتهای روده بزرگ نرسیده و اگر سوراخ کوچکی وجود داشته باشد تشخیص داده نمی‌شود اما بعد از ۱۸-۱۲ ساعت این امر امکان پذیر است.

در نوع شدید که معمولاً فاصله بین انتهای روده بسته شده تا مقعد بیشتر از یک سانتی متر است و معمولاً روده با پوست هیچ رابطه ای ندارد، درمان اولیه به شکل باز کردن روده بزرگ به بیرون از شکم (کلوستومی) می‌باشد. اما در انواع خفیف تر که فاصله روده با پوست کمتر از یک سانتی متر است و با یک سوراخ به پوست ارتباط دارد، معمولاً در همان عمل اول می‌توان مقعد را اصلاح کرد.

بعد از عمل تا حصول بهبودی کامل، بیمار باید زیر نظر جراح اطفال قرار گیرد. چون مقعد تازه تشکیل شده حدود ۶ ماه بر اساس برنامه ای خاص نیاز به گشاد کردن خواهد داشت.

بچه هایی که مبتلا به نوع خفیف تر ضایعه می‌باشند و ناهنجاری های مهره ای همراه ندارند، شانس خوبی برای اجابت مزاج طبیعی دارند.

اما کسانی که مبتلا به نوع شدیدتر همراه با ناهنجاری های مهره های می باشند، شانس ضعیفی برای بدست آوردن عملکرد طبیعی روده دارند.

در هر صورت این کودکان باید از مصرف زیاد مواد یبوست زا پرهیز نمایند و در صورت ابتلا به یبوست به پزشک معالج مراجعه نمایند.

انواع مختلف استومی:

ایلئوستومی : بیرون گذاشتن روده باریک از جدار شکم برای خروج مواد دفعی.

کلستومی : بیرون گذاشتن روده بزرگ (کولون) از جدار شکم برای خروج مواد دفعی

در ایلئوستومی معمولاً تمام کولون و مقعد حذف می‌شود و ایلئوم (قسمت انتهایی روده باریک) به استوما متصل می‌گردد. عمل ایلئوستومی می‌تواند موقت یا دائم باشد.

مدفوع معمولاً مایع است و در روز حدود ۸۰۰ - ۴۰۰ سی‌سی از انتهای ایلئوم به بیرون از بدن دفع می‌شود؛ ولی اگر ایلئوستومی به علت بیماری کرون باشد، این مقدار به ۱۰۰۰-۸۰۰ سی‌سی در روز می‌رسد، زیرا قسمتی از روده باریک عملکرد خود را از دست داده است. عوارض ایلئوستومی، شامل کاهش جذب چربی و ویتامین B۱۲، افزایش دفع سدیم و پتاسیم می‌باشد.

ایلئوستومی معلولیت نیست؛ زیرا با مراقبت خوب هیچگونه مشکلی به وجود نخواهد آمد.

در کلستومی رکتوم یا قطعه‌ای از کولون حذف و باقیمانده کولون به استوما متصل می‌شود که معمولاً دفع مدفوع به صورت نیمه جامد است.

بیشتر از ۹۰ درصد کلوستومی‌ها موفقیت‌آمیز است. بعد از عمل درد زیاد است که با دارو کنترل می‌شود.

آموزش به بیمار :

برای اینکه فرد بتواند پس از عمل جراحی زندگی طبیعی خود را از سر بگیرد، توصیه‌های کلی را باید رعایت کند:

برنامه غذایی مرتب: بهتر است روزانه سه وعده یا بیشتر غذا خورده شود، زیرا در این شرایط استومی به خوبی عمل می‌کند و گاز کمتری تولید می‌شود.

خوب جویدن غذاها: در صورت وجود ایلئوستومی، در مصرف غذاهایی که پرفیبرند یا به سختی هضم می‌شوند، احتیاط شود. جویدن خوب می‌تواند از انسداد استوما جلوگیری کند.