

آموزش به بیمار و خانواده

گاستریت (عفونت معده)



تاریخ تدوین: 1403/06/24

تاریخ بازنگری: 1404/06/24

کد شناسایی: P010

منبع: Medlineplus.gov

بیمار گرامی؛ در این بیماری لایه
داخلی معده ورم می کند.

برخی داروها مانند آسپرین، بروفن
و ناپروکسن و مصرف الکل ممکن
است باعث این بیماری شود.



شما علائمی مانند کاهش اشتها،
تهوع و استفراغ، درد شکم و ... را
تجربه کرده اید.



✓ حین غذا خوردن و یا بلافاصله بعد از آن مایعات ننوشید.

✓ بلافاصله بعد از غذا خوردن نخوابید.

✓ چای کم رنگ بنوشید.



جهت دریافت خدمات آموزشی در رابطه با بیماری ها و سوالات احتمالی با کلینیک پرستاری آموزش سلامت به صورت مراجعه حضوری یا تماس تلفنی در ارتباط باشید.
ساعت فعالیت: همه روزه (به غیر از روزهای تعطیل)

صبح ها : 7:30 تا 13:30

شماره تماس: 55227401 داخلی 2237

روش های دسترسی به آموزش های مجازی بیمارستان:

1. وب سایت بیمارستان به آدرس:

<https://ch-kashmar.mums.ac.ir/hospital/modareshospital>

2. اسکن بارکد مقابل با نرم افزار بارکدخوان

صفحه مطالب آموزشی سایت بیمارستان



✓ نوشیدنی های گازدار مصرف نکنید.

✓ به طور منظم ورزش کنید.

✓ استرس و اضطراب خود را کم کنید

✓ از خوردن غذاهای تند و پرچرب و سرخ شده بپرهیزید.

✓ همچنین غذاهایی که قند و نمک زیادی در آنها وجود دارد برای بیماری شما مضر است.

✓ غذای خود را به آرامی بجوید.

✓ در طول روز وعده های غذایی کوچک در دفعات بیشتر داشته باشید.



رعایت نکات زیر به بهبود

بیماری شما کمک می کند...

✓ با نظر پزشک از استفاده طولانی مدت از داروهایی که معده را تحریک می کند مانند آسپرین، ناپروکسن خودداری کنید.

✓ مشروبات الکلی و سیگار و تنباکو مصرف نکنید.

