



جرثومة المعدة



تحت اشراف

قسم ترميض صحة المجتمع

2019/2020

- الحرص على غسل الخضروات والفواكه جيداً.
- تجنب مشاركة الأواني أثناء الأكل والشرب.

التثقيف الصحي

1. تجنب تناول الوجبات السريعة من الشارع حيث إنها تحتوى على نسبة كبيرة من التلوثات والبكتيريا .
2. الابتعاد عن الأطعمة الدسمة والملينة بالزيوت والدهون.
3. الابتعاد عن تناول المشروبات الغازية والكحولية واستبدالها بالمشروبات الطبيعية والسوائل الدافئة مثل الينسون .
4. غسل الخضراوات والفواكه قبل تناولها لتجنب تعرضها بأى جراثيم.
5. التأكد من سلامة الأطعمة قبل شرائها وخصوصاً الخضراوات والفواكه.
6. الابتعاد عن تناول اللحوم المصنعة مثل اللانشون والبسطرمة.

- التحاليل المخبرية: فحص البراز.
- المنظار وأخذ عينة من جدار المعدة.
- لاتفيد تحاليل الدم في عملية العلاج ولا القرار الطبي للطبيب.

العلاج

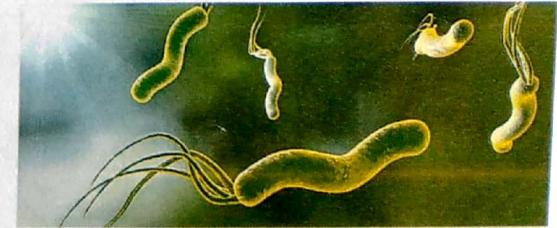
- المضادات الحيوية.
- مثبطات مضخة البروتون.
- مثبطات إفراز الحمض (مثبطات مستقبلات H2).

الوقاية

- غسل اليدين بعد استخدام الحمام، وقبل إعداد وتناول الطعام.
- الحرص على تعقيم المياه وخصوصاً مياه الآبار.

جرثومة المعدة

- هي بكتيريا حلزونية الشكل، تعيش وتتكاثر في الجدران المبطنه للمعدة.
- تعتبر المسبب للعديد من الأمراض في المعدة بما في ذلك القرحة.
- تنتقل عن طريق الأطعمة أو المياه غير النظيفة، أو مشاركة الأواني مع المصاب.
- أهم أعراض الإصابة بها هي: ألم وانتفاخ في البطن، وفقدان الشهية.
- تجنب مشاركة الأواني والحرص على نظافة الأطعمة والمياه من أهم سبل الوقاية.



أسباب جرثومة المعدة

- مشاركة الأدوات الشخصية مع شخص آخر، مثل الملاعق وأدوات الطعام.
- عدم الاهتمام بنظافة الطعام، وتركه مكشوفاً في الهواء.
- الطعام والماء الملوث أو التي التقطت بكتيريا من خلال الصرف الصحي، وتصل إلى جسم الإنسان من خلال اللعاب.
- انتقال العدوى من شخص مصاب بالجرثومة من خلال مشاركة الطعام.

عوامل الخطورة

- العيش مع شخص مصاب بالجرثومة.
- قلة توفر المياه النظيفة المعقمة.
- العيش في بلدان نامية ومزدحمة.

الأعراض

- غثيان أو قيء.
- الانتفاخ.
- التجشؤ.
- ألم في البطن.
- حرقة في المعدة.
- نقص الشهية.



المضاعفات

- التهاب بطانة المعدة.
- قرحة المعدة.
- النزيف الداخلي.
- سرطان المعدة.

التشخيص

- اختبار التنفس بعد تناول مادة اليوريا، وذلك عن طريق النفخ في البالون.