



بیماری سلیاک



شناسنامه پمفلت آموزشی	
عنوان	بیماری سلیاک
تهیه کننده	دفتر آموزش بیمارستان
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	۱۴۰۰
سال بازنگری	۱۴۰۳
ناظر کیفی	دکتر فروش بابالو متخصص داخلی
منابع	کتاب راهنمای بالینی سلیاک ۱۳۹۸

مواد غذایی فاقد گلوتن :



گروهی از این مواد غذایی شامل :

آرد ذرت، سیب زمینی، برنج، بلال، تخم مرغ ،
دسرهای آماده شده با آرد ذرت، ماهی، مرغ،
مربا، عسل، تخمه آفتاب گردان، سویا، سوپ های
حاوی آرد برنج یا آرد ذرت و

پیشگیری:

در حال حاضر نمی توان از این بیماری پیشگیری
به عمل آورد اما با رعایت یک رژیم فاقد گلوتن،
می توان انتظار یک زندگی طبیعی در اغلب
بیماران را داشت.

توجه: در صورت هرگونه سوال، با شماره بیمارستان
(۰۵۴-۳۳۵۸۳۶۹۳) تماس گرفته شود.



برای دریافت مطالب آموزشی بیشتر
کد روبرو را با گوشی اسکن کنید.

درمان :

درمان این بیماری معمولاً با خودداری از مصرف
غذاهای حاوی گلوتن امکان پذیر است.
پس از شروع رژیم بدون گلوتن علائم به نحو
قابل ملاحظه ای ظرف چند هفته بهبود می یابند.
با این حال التیام کامل دستگاه گوارش ممکن
است بیش از دو سال طول بکشد. در طی این
مدت بیمار تحت نظر پزشک معالج بوده و با
مشورت متخصص تغذیه ، رژیم غذایی ایمن و
مناسب را دریافت می کند.

مواد غذایی حاوی گلوتن :



ماکارونی ، نان های معمولی ، نان باگت ،انواع
کیک و بیسکویت ها، سوسیس، کالباس، سس
ها و سبزی های پخته رستوران ها، کتلت، فرنی
تهیه شده با آرد گندم، نشاسته گندم، پیتزا،
رشته فرنگی، غذاهای کنسروی، کشک، انواع
چیپس های سیب زمینی، آجیل بوداده، شکر
قهوه ای

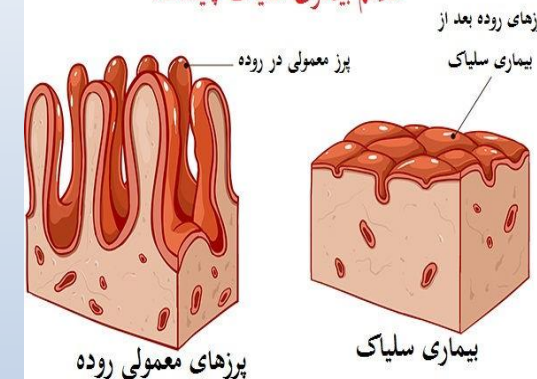
سلیاک چیست؟

سلیاک یک بیماری تغذیه ای مزمن است که باعث اشکال در جذب مواد غذایی می شود. در این بیماری سلول های ایمنی بدن به پرزهای روده حمله کرده و آن ها را از بین می برند.

التهاب روده زمانی آغاز می شود که بیمار شروع به خوردن غذاهای حاوی گلوتن نماید.

گلوتن؛ پروتئین موجود در گندم ، جو، چاودار و خانواده حبوبات می باشد.

علائم بیماری سلیاک چیست؟



در حالت طبیعی مخاط روده کوچک با میلیون ها پرز پوشیده شده است که سطح جذب روده را افزایش می دهند. در التهاب ناشی از سلیاک این پرزها موقتا آسیب دیده و باعث کاهش جذب غذا می شود.

علائم اصلی بیماری سلیاک :

علائم یا نشانه های این بیماری بستگی به وسعت التهاب روده دارد.

برخی دچار التهابی خفیف با علائم ناچیز می شوند حتی گاهی ممکن است احساس کنند بیماری از بین رفته است. بعضی از بیماران التهاب شدیدتری دارند که علائم را تشدید می کند و مجبور به مراجعه به پزشک می شوند و تا وقتی که روده کوچک شدیداً ملتهب نشود علائم در فرد ایجاد نمی شوند.

نشانه های شایع :

- *درد شکمی
- *نفخ و گاز
- *اسهال
- *مدفوع بدبو
- *کاهش وزن
- *کم خونی

*رشد کم یا کاهش وزن در کودکان

سایر علائم:

احساس ضعف، خستگی، دردهای استخوانی و مفصلی، پوکی استخوان، اختلال در بلوغ، پوسیدگی و اختلال در رشد دندان ها

عوامل افزایش دهنده خطر :

*سابقه خانوادگی بیماری سلیاک

*حاملگی

*سایر آلرژی ها

تشخیص :

تشخیص قطعی این بیماری با نمونه برداری مشخص می شود. نمونه بافتی کوچک از روده برداشته می شود و ممکن است سه بار این کار انجام شود (یک بار زمانی که رژیم غذایی حاوی گلوتن است، بار دوم با حذف گلوتن از رژیم غذایی و بار سوم با گنجاندن شدن مجدد گلوتن در رژیم غذایی بیمار).

