

الأعراض والعلاج-الإمساك

ما هو الإمساك؟

. العامل الحاسم هو ما إذا كنت تعاني من مضايقات أو عدم راحة بسبب البراز البطنيء أو الصلب أو النادر. لا يكون ذلك غير طبيعي حتى لو مرت عدة أيام بين كل عملية تبرز، فقد. فقط منا يتبرزون بانتظام تام مرة واحدة يوميا في وقت ثابت 30 يعتقد أن حوالي . لا يوجد فصل حاد بين ما هو طبيعي وما هو غير طبيعي. يتبرزون عدة مرات في اليوم، وآخرون ثلاث أو أربع مرات في الأسبوع بعض الأشخاص. عادات التبرز فردية. المشكلة أكثر انتشارا لدى كبار السن. % منهم المليونيات 10 من السكان من الإمساك، ويستخدم 20% يعاني. الإمساك هو براز بطيء أو صلب أو نادر يسبب أعراضا

لماذا يحدث الإمساك؟

. تعتمد عملية التبرز على عاملين؛ مرور الطعام في الأمعاء وعضلة عاصرة متعاونة. الشرح على سبيل المثال، بسبب الشقوق أو البواسير المؤلمة يمكن أن يؤدي إلى تشنجات في العضلة العاصرة وعرقلة مرور البراز الألم في. دور العضلة العاصرة لا يقل أهمية عن وظيفة الأمعاء. كانت هناك عقد أو ما شابه ذلك يعيق المرور ويسبب الإمساك يعتمد مرور الطعام في الأمعاء على نشاط الأمعاء الحركية الدودية وكذلك على المرور المادي سواء نظام غذائي قليل الألياف، ونقص السوائل، وقلة النشاط البدني يؤدي إلى قلة تحفيز الأمعاء، وبالتالي لا يتم دفع البراز نحو المستقيم اتباع مثل أنواع مختلفة من الأدوية، ومشاكل في الغدة الدرقية، ومشاكل في عضلات قاع الحوض، والاكنتاب، وبعض الأمراض العصبية بالطبع، هناك العديد من الأسباب الأخرى للإمساك أو الأمعاء البطيئة جدا سببا للإمساك/يمكن أن يكون القولون الطويل جدا و

ما هي أعراض الإمساك التي يجب الانتباه إليها بشكل خاص؟

- . تشعر بالدوار أو التعب أو الشحوب.
- . فقدان الوزن.
- . نزيف من الأمعاء إما دم أحمر أو براز أسود.
- . الإسهال بالتناوب مع الإمساك.
- . الإمساك لأكثر من شهر.

كيف يتم تشخيص الإمساك؟

. والأهم هو استبعاد الأمراض الخطيرة الأخرى. فحص الأمعاء الغليظة باختبارات أكثر تخصصا لتقييم وظيفة العضلات والأعصاب في بعض الحالات، سيتم أيضا. إذا كانت هناك مشاكل مستمرة، فغالبا ما يتم إجراء منظار للأمعاء

كيف يعالج الإمساك؟

. ونظام غذائي خشن وغني بالألياف، وشرب الكثير من السوائل، وممارسة الرياضة بانتظام، وربما استخدام ملين يزيد من حجم البراز المبادئ الرئيسية في علاج الإمساك هي عادات التبرز المنتظمة،

عادات التبرز الجيدة

. إذا فعلت ذلك بانتظام يوما بعد يوم، فستبدأ الأمعاء في التعاون، وسيتحقق أهم شرط للتبرز السلس. على سبيل المثال بعد الإفطار- اذهب إلى المرحاض بغض النظر عن الوقت في وقت محدد بعد الوجبة. إذا لم يكن لديك إيقاع في التبرز، فيجب تدريبه. نفسك

اذهب إلى المرحاض عندما تشعر بالحاجة إلى التبرز، لا تكبح. أهم علاج للإمساك هو ترسيخ عادات تبرز ثابتة

نظام غذائي خشن وغني بالألياف

. يتكون المزيد من البراز الناعم الذي يسهل إخراجه. الكمية الوفيرة من الفضلات تحفز نشاط الأمعاء الغليظة. الجزء الأكبر من البراز هذه فضلات، وهي تشكل. يؤدي النظام الغذائي الخشن والغني بالألياف إلى وصول المزيد من الطعام إلى القولون كطعام غير مهضوم

شرب الكثير من السوائل

. الكثير من الكحول والقهوة يجعل البراز أكثر جفافا وصلابة. العديد من وجبات اليوم هذا النقص ويعمل بشكل مفيد على قوام البراز يمكن أن يصحح كوب إضافي من الماء في. من العوامل المساهمة في الإمساك أن الكثيرين يشربون كمية قليلة جدا

النشاط البدني

. النشاط البدني يحفز الأمعاء على العمل. استخدم جسمك يوميا لتقليل خطر الإمساك

المليينات

:يمكن علاج الإمساك بثلاثة أنواع مختلفة من المليينات

- الأدوية التي تؤثر على محتويات الأمعاء
- الأدوية التي تؤثر على حركات الأمعاء
- الأدوية ذات التأثير الموضعي في المستقيم

. أيام 2-3 ومع ذلك، لا تحقق العديد من الأدوية أقصى تأثير إلا بعد . ساعة 12-24 ولل بعض الآخر بعد . هذه الأدوية بعد بضع ساعات يتحقق التأثير المليين لبعض. إنها الخيار الأفضل إذا كنت بحاجة إلى العلاج لفترة طويلة. وافر من السوائل للحصول على تأثير جيد يجب تناول هذه الأدوية مع كمية. وبالتالي تصبح محتويات الأمعاء أكثر ليونة وتشغل مساحة أكبر، مما يحفز حركات الأمعاء. الأمعاء تعمل الأدوية التي تؤثر على محتويات الأمعاء عن طريق الاحتفاظ بالسوائل في

. وهي أدوية تسحب الماء إلى الأمعاء، مما يؤدي إلى زيادة حجم البراز. ملين للإمساك، يوصى باستخدام ما يسمى بمليين يزيد الحجم إذا كنت بحاجة إلى. في حالات خاصة، قد يكون لديك اتفاق مع طبيبك على أن الاستخدام طويل الأمد ضروري لك. على الأمعاء لا ينبغي استخدام المواد المنبهة لفترة طويلة، لأنها يمكن أن تسبب الإدمان. ساعة 6-12 يتحقق التأثير المليين بعد. الإمساك الحاد قد تكون هذه الأنواع من الأدوية مناسبة في حالات. وفي الوقت نفسه، تحتفظ بالسوائل في الأمعاء وتلين محتويات الأمعاء. الأمعاء تعمل المواد المنبهة على تحفيز العضلات والأعصاب في جدار الأمعاء، مما يقوي حركات

. لا ينبغي استخدام هذه الأدوية بانتظام، لأنها يمكن أن تعطل الرغبة الطبيعية في التبرز. دقيقة 20-5 يتحقق التأثير المليين بعد . تعمل الأدوية ذات التأثير الموضعي في المستقيم عن طريق تليين البراز أو عن طريق تحفيز رد فعل التبرز. الأمعاء أو الجراحة تستخدم الأدوية ذات التأثير الموضعي في المستقيم إذا تجمع البراز في المستقيم، أو إذا كانت هناك حاجة لتفريغ الأمعاء قبل فحص

التكهّن؟

. في عدد قليل جدا من الحالات، يتطلب الأمر أشكالا أخرى من العلاج مثل إعادة تأهيل قاع الحوض أو الجراحة. الحياة والمليينات في معظم الحالات، يمكن علاج الإمساك بمزيج من تغييرات نمط. الإمساك غالبا ما يكون حالة مزمنة، ولكنه دائما غير ضار تقريبا

إمساك

معلومات الاتصال

Hans Edvard Teglers Vej 9, 1.sal. 2920 Charlottenlund

• هاتف : +45 39 64 01 25

• بريد إلكتروني : mail@kirurgen.dk

حجز موعد

09-12 نحن متواجدون على الهاتف من الاثنين إلى الخميس من الساعة

للأطباء المحولين

215430 رقم الترخيص

حجز موعد

[everest_form id="402"]