

مراجعه کننده عزیز:

در این پمفلت سعی شده است آموزش های لازم در رابطه با التهاب رگ های دست و پا (بیماری بورگر) به شما داده شود، امید که با رعایت این نکات سلامتی خود را حفظ و بهبود بخشید.

بیماری بورگر چیست؟

این بیماری که غالباً مردان جوان سیگاری را مبتلا می کند باعث التهاب رگ های پا و دست می شود و در نتیجه، این رگها تنگ شده و خون به سختی به پا و دست می رسد و باعث می شود پاها و دست ها سرد باشند. در صورت ایجاد زخم روی اندام، خونریزی به میزان ناچیز خواهد بود و زخم دیر بهبود می یابد. اغلب، انگشتان به رنگ ارغوانی در می آیند. همچنین به دنبال فعالیت اندام (راه رفتن و یا کارهای دستی) به علت نرسیدن خون کافی به ماهیچه ها باعث احساس گرفتگی و درد در کف پا یا ساق و در صورت ابتلا رگ های دست ها، احساس درد در کف دست و یا ساعد شود بطوری که بیمار را وادار به توقف فعالیت و استراحت می کند. در بعضی از بیماران رگ به اندازه ای تنگ می شود که خون در آن لخته می شود و رگ کاملاً بسته و انگشتان سیاه می شوند. به علت نرسیدن خون به انگشتان و همچنین التهاب اعصاب درد سوزشی و شدیدی در اندام ها حس می شود که مانع از خواب بیماران می شود. در بعضی از بیماران مدت ها قبل از شروع علائم بیماری، رگهای سطحی اندام بطور گذرا سفت و قرمز و دردناک می شود.

علت :

بیماری بورگر که متأسفانه شیوع آن در منطقه ما رو به افزایش است، ارتباط بسیار تنگاتنگی با مصرف تنباکو دارد

(بصورت سیگار یا قلیان یا ناس و یا حتی قرار گرفتن در معرض دود سیگار) و حتی مصرف ۱-۲ نخ سیگار کافیهست که بیماری را فعال نگه دارد.

در بعضی افراد رگ ها به تنباکو حساسیت داشته و مصرف تنباکو باعث التهاب رگ و ایجاد بیماری می شود.

مصرف تریاک که معمولاً برای رفع درد توسط بیماران مصرف می شود، مانع از بهبود التهاب رگ شده و همچنین به علت وجود ناخالصی های فراوان در تریاک های عرضه شده خود به تنهایی برای رگ ها آسیب زاست. از آن گذشته، مصرف تریاک میل به سیگار را افزایش میدهد. به همان دلیلی که از میان همه افرادی که گلی را بو می کنند عده ای دچار سرفه و نفس تنگی می شوند و یا از میان افراد زیادی که غذای تند می خورند فقط عده کمی دچار کھیر و خارش بدن می شوند، از میان جمعیت بزرگی از افراد سیگاری نیز، تنها عده ای به بیماری بورگر مبتلا می شوند که تنها راه درمان مؤثر آن و اجتناب از قطع عضو، دوری از عامل آسیب زا به رگ (تنباکو) می باشد.



روش های درمانی

تنها درمان ارزان و مؤثر و قطعی بیماری، ترک کامل مصرف تنباکو و تریاک است.

درمان جراحی:

تحریک نخاع که عملی از ناحیه کمر انجام خواهد شد. بطوریکه اعصاب منقبض کننده عروق اندام قطع شده و با افزایش جریان خون اندام درد و سایر علائم بیمار تا حد قابل ملاحظه ای کاهش یابد.

فشرده سازی متناوب بازوها و پاها برای افزایش جریان خون به اندام ها

اگر عفونت یا گانگرن اتفاق بیفتد فرد برای درمان به قطع عضو نیاز خواهد داشت.

داروهایی برای اتساع رگ های خونی، بهبود جریان خون یا برطرف کردن لخته های خون

درمان غیر جراحی: طبق صلاحدید پزشک معالج از قرص های خوراکی که شانس لخته شدن خون در رگهای باریک بیماران را کم می کنند و همچنین داروهایی که باعث گشادتر شدن رگ های بیمار می شود، استفاده می شود. درمان بصورت طولانی مدت می باشد.

در نهایت تمامی این درمان ها در صورتی که مصرف سیگار و تنباکو بطور کامل ترک نشود جز برای مدت کوتاهی مؤثر نخواهد بود.

توصیه های بهداشتی و غذایی

بیماران باید اندام درگیر را از آسیب و همچنین از سرما حفظ کنند. لذا بایستی:

- تا حد امکان از وسایل برنده استفاده نکنند.
- بهتر است در منزل با دمپایی راه بروند و تا حد امکان از راه رفتن با پای برهنه اجتناب کنند.



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی خراسان شمالی

خودمراقبتی در بورگر (التهاب رگ های دست و پا)



تهیه کننده: فاطمه گلستانی

سوپروایزر آموزش سلامت

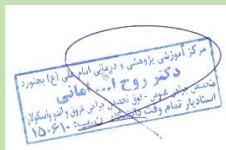
زیر نظر:

دکتر روح اله امانی

(فوق تخصص جراحی عروق و درمانهای اندوواسکولار،

عضو هیئت علمی دانشگاه)

تاریخ تولید: بهار ۱۴۰۵



۲- اگر به دنبال تنگی نفس شدید و بستری در بیمارستان، نیاز به گرفتن نمونه خون شریانی بود، حتما نام بیماری خود را به پرستار بگویید. ۳- از انجام حمام روی اندام ها خودداری کنید زیرا که در عده ای از بیماران منجر به سیاه شدن اندام و قطع عضو شده است.



بیمارستان امام علی (ع)

بجنورد، خیابان شهریار، مقابل دانشگاه آزاد

در صورت هر گونه سوال می توانید در ساعات اداری با شماره

تلفنهای زیر تماس بگیرید:

تلفن: ۰۵۸۳۱۵۱۶۰۷

جهت دریافت این فایل آموزشی به سایت بیمارستان به آدرس زیر

مراجعه کنید:

WWW.NKUMS.AC.IR

- از پوشیدن کفش های تنگ و پاشنه دار بایستی دوری کرد.
- پاها را روزانه باید شست و مرتب چرب نگه داشت. زیرا که در این بیماری به علت عدم جریان خون مناسب، پوست خشک بوده و مستعد ایجاد زخم میباشد.
- در فصل سرما از دستکش و جوراب گرم استفاده شود.
- سبزیجات باید به مقدار فراوان استفاده شود. مصرف مرکبات (لیمو، پرتقال...)، خیار و گوجه فرنگی بسیار مفید است. در صورت مصرف برنج بهتر است که آن را آبکش نکرده و بصورت دمی (برای حفظ ویتامینهای ب) استفاده کنید. مصرف قارچ (به عنوان مثال در سوپ) برای رگ ها بسیار مفید است و در نهایت بهتر است از مکمل های غذایی مانند مصرف روزانه اسید فولیک، ویتامین ب۱ و ویتامین ث (خصوصا بیماران دارای زخم مزمن) استفاده شود. از مصرف غذاهای چرب و پر نمک تا حد امکان پرهیز کنید

ارجاع به پزشک معالج

چنانچه رگ های سطحی روی دستها و پاهای شما سفت، قرمز و یا دردناک شود. چنانچه سر انگشتان ارغوانی و یا سیاه شود. در صورت احساس مجدد خواب رفتگی و گزگز موزمور انگشتان خصوصا پس از فعالیت. ایجاد زخمی که ترمیم نمی شود. اضافه شدن ترشحات غیر معمول یا بوی بد زخم روی اندام. چنانچه به دنبال فعالیت احساس درد روی قفسه سینه کردید. در صورت بروز تشنج و سابقه قبلی. **چند نکته مهم: ۱-** نام بیماری خود را به خاطر بسپارید. چنانچه درد شدید روی قفسه سینه و یا درد شدید شکم احساس کردید بطوریکه مجبور به مراجعه به درمانگاه شدید، حتما نام بیماری خود را به پزشک بگویید.