هفـــته سلامت گـــوارش







Chronic Diarrhea;

Don't Flush the signs away

۲ لغایت ۸ خرداد ۱۴۰۵ May 23-29, 2026

اسهال مزمن را جدی بگیریم؛
تشخیص زودهنگام، درمان مؤثر

اسهال مزمن چیست؟

اگر اسهال شما بیش از ٤ هفته طول بکشد، به آن اسهال مزمن گفته می‌شود.

اسهال مزمن فراتر از یک ناراحتی ساده است و نیاز به بررسی دقیق دارد.اگر دیر تشخیص داده شود هم کیفیت زندگی را پایین می آوردو هم ممکن است منجر به عوارض جدی شود.



مشکلات ناشی از بی توجهی به اسهال مزمن:

- کم‌آبی بدن، ضعف و کاهش توان جسمی
- کم‌خونی
- کاهش وزن ناخواسته
- کمبود ویتامین‌ها و املاح (مثل آهن، B۱۲، ویتامین D)
- تأخیر در تشخیص بیماری‌های مهم روده و سیستمیک

چه زمانی باید اسهال مزمن رو جدی بگیریم؟

در صورت وجود این علائم، حتماً به پزشک مراجعه کنید:



- سن بالای ۴۵ سال
- کاهش وزن بدون دلیل
- کم‌خونی یا ضعف شدید
- اسهال شبانه (بیدار شدن از خواب بدلیل اسهال)
- وجود خون در مدفوع
- سابقه خانوادگی بیماری روده (مثل سرطان روده بزرگ، بیماری التهابی روده)

این علائم می‌توانند نشانه بیماری مهمی مثل سرطان باشند.









