

Gastritis

Gastritis is the irritation of the lining of the stomach. This can start quickly or be a long term problem.

Signs

- Stomach pain
- Bloating and burping
- Nausea or vomiting

Causes

- Some medicines
- Too much stomach acid
- Drinking alcohol
- Eating too much or eating hot and spicy foods
- Smoking and tobacco use

Your Care

Diet changes and medicines may be needed for gastritis.

- Take your medicines as directed.
- Eat only clear liquids and bland food like toast until you feel better.
- Resume your normal diet slowly. Eat small amounts at a time.
- Follow up with your doctor.

To prevent future problems:

- Avoid spicy food, food high in acid like grapefruit, or any food that bothers your stomach.
- Avoid drinks with alcohol or caffeine, like tea, coffee and colas.
- Eat smaller portions at meals. Do not overeat or skip meals.
- Quit or reduce smoking and tobacco use.

Гастрит

Гастрит – це подразнення внутрішньої поверхні шлунка. Він може виникнути раптово або бути довгостроковою проблемою.

Ознаки

- Біль у шлунку
- Здуття живота і відрижка
- Нудота або блювота

Причини

- Певні ліки
- Підвищена кислотність шлунка
- Вживання алкоголю
- Вживання надмірної кількості або занадто гарячої і гострої їжі
- Паління і вживання тютюну

Медичний догляд

При гастриті може знадобитися зміна дієти і приймання ліків.

- Приймайте ліки відповідно до рецепту.
- До того моменту, як Ви відчуєте себе краще, приймайте тільки прозорі рідини і легку їжу.
- Повільно повертайтеся до звичайної дієти. Їжте невеликими порціями.
- Повторно відвідайте свого лікаря.

Для запобігання проблем у майбутньому:

- Уникайте гострої їжі, їжі з високою кислотністю, такої як грейпфрути, і будь-якої їжі, що подразнює Ваш шлунок.
- Уникайте вживання напоїв з алкоголем або кофеїном, таких як чай, кава і кола.
- Вживайте менші порції їжі. Не переїдайте і не пропускайте приймання їжі.
- Киньте або скоротіть паління і вживання тютюну.

Call your doctor **right away** if you:

- Have vomit that is bloody or dark brown.
- Have blood in your stool or black stool.
- Become too weak and dizzy to stand up.
- Have a very bad stomach pain.
- Have a temperature over 101 degrees F or 38 degrees C.
- Have pain or vomiting that lasts for more than several hours.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

Негайно зателефонуйте своєму лікарю, якщо:

- У Вас блювота з кров'ю або блювотні маси темно-коричневого кольору.
- У Вас кров у калі або кал чорного кольору.
- Ви не можете підвестися через слабкість або запаморочення.
- У Вас дуже сильний біль у шлунку.
- У Вас температура перевищує 101 градус F або 38 градусів C.
- Біль або блювота тривають довше декількох годин.

Якщо у Вас виникають питання або сумніви, зверніться до Вашого лікаря або медичної сестри.

Gastritis. Ukrainian.

1/2006. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.