

# التهاب القولون التقرحي

## Ulcerative Colitis

Ulcerative colitis is a bowel disease. The cause is not known. The inner lining of the colon, also called the large intestine, becomes irritated or inflamed. Tiny sores or ulcers form and can cause bleeding. This often starts in the lower part of the colon and can spread.

التهاب القولون التقرحي هو مرض معوي. السبب غير معروف. حيث تصبح البطانة الداخلية للقولون، والتي تسمى أيضاً الأمعاء الغليظة، متهيجة أو ملتهبة. وتتشكل تقرحات أو قرح صغيرة ويمكن أن تسبب النزيف. وهي تبدأ غالباً في الجزء السفلي من القولون ويمكن أن تنتشر.

### Signs

You may have some or all of these signs:

- Stomach pain
- Diarrhea
- Bleeding in stool or from the rectum
- Fatigue
- Loss of appetite
- Weight loss
- Loss of body fluids, also called dehydration

Signs may be mild or more severe.

### العلامات

قد يكون لديك بعض أو كل هذه العلامات:

- آلام في المعدة
  - الإسهال
  - وجود دم في البراز أو من المستقيم
  - الإعياء
  - فقدان الشهية
  - فقدان الوزن
  - فقدان سوائل الجسم، ويسمى أيضاً الجفاف
- قد تكون العلامات خفيفة أو حادة.

### Your Care

Your doctor will check you and order tests. These tests may include:

- A stool sample to test for blood.
- Blood tests.
- A barium enema to see an x-ray picture of the colon.
- A test to look at the inside of the rectum and colon, called a colostomy. Sometimes a tissue sample, called a biopsy, is taken to be checked in the lab.

### رعايتك

سيقوم طبيبك بفحصك وطلب بعض الاختبارات. قد تشمل هذه الاختبارات:

- عينة من البراز لفحص الدم.
- تحاليل الدم.
- حقنة الباريوم الشرجية لرؤية صورة بالأشعة السينية للقولون.
- المنظار لفحص إلى داخل المستقيم والقولون ويسمى فغر القولون. في بعض الأحيان يتم أخذ عينة من الأنسجة، تسمى الخزعة، لفحصها في المختبر.

Your treatment may include:

قد يشمل العلاج ما يلي:

- Diet changes to help control signs.
  - Avoid foods that make your signs worse. These may include fatty or fried foods, and high fiber foods such as beans, nuts, seeds or bran.
  - Eat small amounts of food every few hours rather than 2 or 3 large meals each day.
  - Drink water all through the day.
- Managing stress, which can make signs worse.
- Medicines to control colon inflammation.
- Surgery.

- تغييرات النظام الغذائي للمساعدة في السيطرة على الأعراض.
  - ◀ تجنب الأطعمة التي تجعل الأعراض أسوأ لديك. قد تشمل هذه الأطعمة الدهنية أو المقلية والأطعمة الغنية بالألياف مثل البقوليات أو المكسرات أو البذور أو النخالة.
  - ◀ تناول كميات صغيرة من الطعام كل بضع ساعات بدلاً من وجبتين أو ثلاث وجبات كبيرة كل يوم.
  - ◀ اشرب الماء طوال اليوم.
- تجنب التوتر، فقد قد يجعل الأعراض أسوأ.
- أدوية لمكافحة التهاب القولون.
- الجراحة.

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

**يُرجى التحدث إلى الطبيب المعالج أو الممرضة إذا كانت لديك أية أسئلة أو مخاوف.**