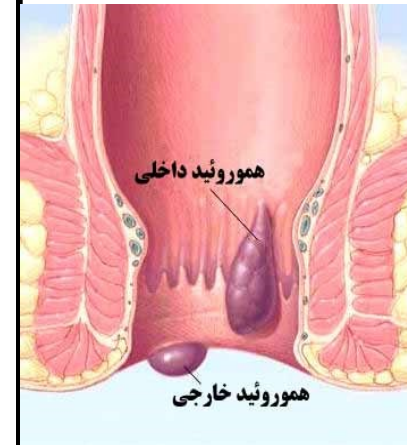


هموروئید (بواسیر) به شرایطی اطلاق می‌شود که

سیاهرگهای اطراف، داخل راست روده و مقعد برجسته و متورم می‌شوند. این حالت می‌تواند در اثر فشار بیش از حد برای دفع مدفوع ایجاد شود. (مثلا در یبوست مزمن) هموروئید می‌تواند هم در داخل مقعد ایجاد شود که به آن هموروئید داخلی گفته شده و هم در خارج و پوست اطراف مقعد ایجاد شود که به آن هموروئید خارجی می‌گویند.

در نوع داخلی، بافت متورم در داخل کانال مقعدی قرار داشته و دیده نمی‌شود. و فقط در زمان دفع مدفوع قابل مشاهده است. در نوع خارجی بافت متورم در اطراف مقعد و به پوست بوده، گاهی همراه با خارش بوده و تنها در صورت تشکیل لخته در آن محل، بافت درگیر به رنگ تیره درآمده و دردناک می‌شود.



علل هموروئید

- افزایش فشار داخل شکمی موقع دفع مدفوع خشک و یا اسهال طولانی مدت
- حاملگی
- نشستن یا ایستادن طولانی مدت
- ورزش نکردن یا ورزش خیلی سنگین
- عادت اجابت مزاج نادرست (از قبیل زور زدن برای دفع)

هموروئید با چه علائمی همراه است؟

– خونریزی که معمولاً همراه با مدفوع و یا پس از دفع به صورت قطره قطره یا خون پاشی خواهد بود.

– درد
– سوزش

– ترشح مواد بلغمی و تحریک اطراف مقعد

– شایعترین تظاهر هموروئید، خونریزی است، که اگر برای مدت طولانی وجود داشته باشد و یا شدید باشد و شخص از تغذیه کافی و مناسبی برخوردار نبوده و آهن مورد نیاز بدنش تأمین نشود، می‌تواند منجر به کم خونی فقر آهن شود.

– لازم به یادآوری است که هر خونریزی از مقعد را نباید به حساب بواسیر گذاشت بلکه توسط پزشک باید بررسی‌های لازم انجام شود تا علل دیگر نیز رد گردد.

هموروئید چگونه درمان می‌شود؟

درمان به صورت جراحی است که شامل بستن ورید مقعدی بوسیله باند لاستیکی می‌باشد. در این روش یک نوارلاستیکی دور پایه ورید متورم بسته می‌شود. با بستن این نوار جریان خون آن قطع شده و پس از چند روز ورید خشک و چروکیده شده و کنده می‌شود. گاهی در موارد هموروئید داخلی و خارجی خیلی بزرگ یا هموروئید با علائم شدید ممکن است نیاز به جراحی وریدهای برجسته داشته باشد.

چگونه می‌توان از عود هموروئید پیشگیری کرد؟

– یبوست ممنوع

– زور زدن ممنوع

– طهارت با آب گرم

– نشستن در جای مرطوب و سرد ممنوع

– نشستن و ایستادن به مدت طولانی ممنوع

– بخاطر داشته باشید برای اینکه مبتلا به یبوست نشوید

رژیم غذایی پر فیبر زیر را رعایت نمایید.

– استفاده از نان و غلات سبوسدار (نان سنگک، میوه‌ها و

سبزیجات خام، حبوباتی مانند جو دوسر، نخود، لوبیا، باقلا)

– مصرف مایعات را حداقل تا ۸ لیوان افزایش یابد.

کاهش درد:

– توصیه می‌شود از عواملی که باعث افزایش فشار روی هموروئید می‌شود خودداری کنید؛ مثل نشستن، ایستادن طولانی مدت و زور زدن در هنگام اجابت مزاج، بلند کردن یا کشیدن وسایل سنگین.

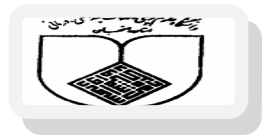
– در صورت درد شدید، در وضعیت خوابیده به شکم استراحت کنید.

– جهت جلوگیری از یبوست، فعالیت‌های سبک و ورزش منظم انجام دهید.

– از رژیم غذایی پر فیبر (سبزیجات و میوه‌جات) و مایعات فراوان ۲ لیتر روزانه استفاده کنید.

– توصیه می‌شود از غلات کامل مانند نان سبوس‌دار، حبوبات، سبزیجات و میوه جات همراه با پوست استفاده نمائید.

– در صورت تجویز پماد و شیاف‌های حاوی مواد بی‌حس کننده، پس از شستشو و خشک کردن مقعد، از آن



مرکز آموزشی درمانی امام موسی کاظم (ع)

خودمراقبتی در جراحی هموروئید (بواسیر)

برنامه پزشکان متخصص جراح درمانگاه اورژانس

دکتر قانعی	شنبه
دکتر یدالهی	یکشنبه
دکتر عابدینی	دوشنبه
دکتر عابدینی	سه شنبه
دکتر مستاجران	چهارشنبه
دکتر عابدینی	پنج شنبه

جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفنهای، داخلی
۳۰۶ صبحها و ۱۱۴ عصر و شب تماس حاصل نمایید.

۰۳۱-۳۳۴۵۷۶۷۰-۳

شماره تلفن گویا نوبت گیری از درمانگاه ها:

۰۳۱-۳۳۰۳۳۹۷۰

کد: HEM

کمیته آموزش بیمار
بازنگری: پانیز ۱۴۰۰

این خونریزی کم کم از بین می رود اگر خونریزی خیلی شدید شد و یا بعد از مدت فوق ادامه یافت حتماً با پزشک خود مشورت کنید.

- ♦ پیاده روی برای شما بسیار مفید است. بطور مرتب و خصوصاً در حالت ناشتا ورزش کنید.
- ♦ پس از عمل در هنگام شل وسفت کردن مقعد، کمی درد وجود دارد که پس از چند روز تا یک هفته کاملاً بهبود می یابد.
- ♦ مصرف آب را به ۸ لیوان در روز برسانید.
- ♦ هروقت احساس دفع داشتید به دستشویی بروید و از حبس کردن آن خودداری کنید. هنگام دفع مدفوع از زور زدن خودداری کنید. پس از دفع مدفوع خودتان را با آبگرم بشوئید (حتی در تابستان) و با دستمال توالت سفید بدون عطر و بو خشک کنید.
- ♦ از صابونهای معطر جهت شستشو استفاده نکنید زیرا مواد رنگی و معطر سبب تحریک و خارش و خونریزی می شوند.
- ♦ در صورتی که فشار عصبی دارید با تجویز پزشک خود داروهای آرام بخش استفاده کنید. چون فشار عصبی باعث یبوست می شود. به خودتان عادت دهید برنامه دفعی منظمی داشته باشید.
- ♦ برای کاهش درد و خونریزی کمتر ۵-۱۰ روز اول بعد از جراحی به پهلوی بنشینید و بخوابید.
- ♦ در محلهای سفت و مرطوب ننشینید. رطوبت سبب خارش و تحریک ناحیه مقعد می شود.
- ♦ تا سه هفته بعد از عمل می توانید فعالیت عادی داشته باشید.
- ♦ در صورتی که بعد از بهبودی کامل باز هم خونریزی شدید داشتید فقط با پزشک خود مشورت کنید و به توصیه دیگران از هر دارویی استفاده نکنید.
- ♦ در تاریخ تعیین شده جهت ویزیت بعدی مراجعه نمایید.

منبع: پرستاری داخلی جراحی، برونر سوارث (دستگاه گوارش) - ویرایش

۱۱

تایید کننده: آقای دکتر عابدینی (متخصص جراحی عمومی)

♦ استفاده کنید.

- روزی سه تا چهار بار در لگن آب گرم بدون بتادین و مواد افزودنی دیگر بنشینید.

- بهداشت ناحیه مقعد را رعایت کنید، پس از رفتن به توالت مقعد را خوب شسته و خشک کنید و طبق دستور پزشک پماد مسکن بمالید.

♦ تنها از مسکن و داروهای که پزشکتان تجویز کرده استفاده نمایید.

توصیه های بعد از عمل جراحی:

بعد از عمل جراحی هموروئید و هنگام اجابت مزاج پانسمان روی قسمت جراحی شده، خواهد افتاد که این امر نباید موجب نگرانی بیمار گردد زیرا این پانسمان آغشته به لیدوکائین بوده و فقط جنبه بی حسی و تسکین درد ناحیه جراحی را به مدت چند ساعت اول به عهده دارد.

♦ پس از عمل جراحی (حتی همان روز) میتوان استحمام کرد.

- ♦ ابتدا رژیم غذایی شما بعد از عمل مایعات فراوان، سوپ، شیر و سپس رژیم معمولی و پرفایبر است برای اینکه دچار یبوست نشوید باید از مایعات فراوان، شیر، سبزیجات، میوه هایی مانند آلو، انجیر و هلو استفاده کرد.
- ♦ در دو هفته اول بعد از عمل بدنبال هر بار دفع با آب ولرم خود را شسته و تمیز کنید و داخل لگن، آب گرم بریزید و و ۲۰-۱۰ دقیقه داخل آن بشینید و سپس محل را خشک کنید. آب گرم سبب کاهش درد و تورم می شود.
- ♦ اگر در ۲-۳ روز اول بعد از عمل هنگام دفع خونریزی داشتید، نگران نباشید،