

## هموروئید (بواسیر) چیست؟

هموروئیدها، سیاهرگ‌های (وریدهای) متسع شده کانال مقعدی هستند، واریس ورید های مقعد را بواسیر یا هموروئید می گویند. این بیماری یک اختلال شایع در بین زنان و مردان است و ۵۰ درصد افراد تا ۵۰ سالگی به این بیماری دچار می‌شوند هموروئید به دو نوع خارجی و داخلی تقسیم می‌شود وریدهای متسع شده ممکن است در داخل مجرای مقعد (راست روده) ایجاد شوند و باعث ایجاد هموروئید داخلی شوند یا ممکن است در نزدیکی سوراخ مقعد باشند و سبب ایجاد هموروئید خارجی شوند. امکان ابتلا به هر دو نوع داخلی و خارجی به صورت همزمان وجود دارد.



**علت واقعی هموروئید مشخص نیست و لیکن عوامل مهم و مؤثر در بروز آن عبارتند از:**

\*یبوست مزمن

\*اسهال مزمن

\*سنگینی در ناحیه مقعد احابت مزاج

\*نشستن طولانی

\*افزایش سن

\*عوامل ارثی

\*حاملگی

\*تحرک کم

\*مصرف غذاهای کم فیبر، عدم استفاده از میوه‌جات و

سبزیجات، مصرف الکل و ...

\*سرفه های شدید، مداوم و مزمن

\*استفراغ شدید و مداوم

### علائم بیماری:

#### التهاب و تورم

**خونریزی:** امکان دارد خون قرمز روشن به صورت رگه-

هایی در اجابت مزاج دیده شود یا بدنبال اجابت مزاج،

خون به مقدار کم و به مقدار کوتاهی چکه کند.

**درد، خارش یا ترشح مخاطی** پس از اجابت مزاج

**وجود یک برجستگی** در مقعد

احساس اینکه پس از اجابت مزاج، راست روده به طور

کامل تخلیه نشده باشد (این حالت تنها در مورد بواسیر

بزرگ دیده می شود).

### تشخیص:

➤ کولونوسکوپی (مشاهده داخل روده‌ی بزرگ از طریق

لهله نه، دار، و محله: به عدس.)

➤ مشاهده و معاینه دقیق

➤ رکتوسیگموئیدسکپی

➤ شرح حال دقیق (بیماری‌ها، داروهای مصرفی،

اعمال جراحی اخیر)

### درمان:

✓ دارو درمانی

✓ جراحی

### پیشگیری:

برای اجابت مزاج عجله نکنید و در عین حال از زور زدن

و نشستن طولانی مدت در توالت خودداری کنید

اگر اضافه وزن دارید وزن خود را کاهش دهید.

روزانه ۸ لیوان آب بنوشید.

اصلاح رژیم غذایی با استفاده از غذاهای پر فیبر از قبیل

مصرف سبزیجات، میوه جات فراوان.

تنظیم زمان اجابت مزاج، مرتب و به موقع که معمولاً ۱

ساعت پس از غذا خوردن زمان مناسبی برای اجابت

مزاج می‌باشد.

نشستن در لگن آب گرم حاوی بتادین به مدت ۱۵ الی

۲۰ دقیقه پس از اجابت مزاج و تکرار آن ۲ الی ۳ مرتبه

در روز مفید است.

استفاده از پماد آنتی هموروئید یا شیاف آن پس از

اجابت مزاج طبق دستور پزشک.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی شاهرود  
مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام حسن (ع)



## هموروئید (بواسیر)

تلفن: ۱۳-۳۲۳۴۲۰۰۰

تهیه و تنظیم: م خطیبی، کارشناس پرستاری، سوپروایزر آموزش

سلامت، زمستان ۱۳۹۷

بازنگری: پاییز ۱۴۰۳

منبع: پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث

راهنمای بالینی پرستاری دکتر امامی رضوی و اعظم گیوری

➤ ابتدا با آب ولرم خود را شسته و تمیز نمایید و سپس داخل لگن آب گرم بریزید و ۱۰ تا ۲۰ دقیقه داخل آن بنشینید و محل را خشک کنید. خشک کردن زیاد با دستمال توالت می‌تواند موجب تحریک و خارش اطراف مقعد می‌شود. دستمال مرطوب روش بهتری برای خشک کردن ناحیه است.

➤ از بالش‌های نرم یا دونات شکل برای کاهش فشار به ناحیه جراحی استفاده کنید  
➤ تا چند روز بعد از عمل هموروئید از بلند کردن اجسام سنگین و فعالیت‌های شدید خودداری کنید  
➤ طبق دستور پزشک معالج خود در زمان مقرر به وی مراجعه نمایید.  
➤ داروهای تجویز شده را تهیه و در ساعات مقرر به طور صحیح استفاده نمایید.

### در صورت علائم و نشانه‌های ذیل به پزشک خود

**مراجعه نمایید:** عفونت زخم، قرمزی، حساسیت، گرمی

محل، تورم اطراف محل زخم و تغییر در حالات روده ای (اسهال، یبوست، نفخ)

هنگام ترخیص برگه خلاصه پرونده را از منشی بخش و برگه آموزش را از پرستار تحویل بگیرید و زمان مراجعه به پزشک برگه خلاصه پرونده را با خود همراه داشته باشید.

### نکات قابل توجه پس از جراحی

- چند روز پس از عمل خونریزی مختصر و یا دفع خونابه یک مسئله طبیعی است، بایستی از یبوست و زور زدن هنگام اجابت مزاج خودداری کرده و استفاده از لگن آب گرم نیز کمک کننده می‌باشد.
- در چند روز اول بعد از عمل هموروئید مایعات و غذاهای سبک و ملایم (برنج ساده، موز، نان تست) مصرف نمایید. بعد از چند روز می‌توانید رژیم غذایی معمول خود را از سر بگیرید. بعد از ۳ تا ۴ روز از عمل هموروئید لازم است رژیم غذایی با فیبر بالا مصرف کنید تا حرکات روده شما راحت‌تر شده و از بازگشت مجدد هموروئید پیشگیری شود. روزانه ۶ تا ۸ لیوان آب بنوشید. مصرف فراوان میوه و سبزیجات به تسکین درد بعد از عمل هموروئید و راحت بودن حرکات روده کمک می‌کند. برای اینکه دچار یبوست نشوید باید از مایعات فراوان، شیر، سبزیجات، میوه جات، آلو، انجیر و برگه هلو سوپ استفاده کنید.
- برای راحت‌تر شدن دفع می‌توانید از نرم‌کننده‌های مدفوع یا ملین‌های ملایم تجویز شده استفاده نمایید در صورتی که باز هم دچار یبوست شدید به پزشک خود اطلاع دهید. از توالت فرنگی استفاده کنید.
- طی دو هفته بعد از عمل، بدنبال هر بار دستشویی

مركز آموزشى، پژوهشى و درماني امام حسين (ع) شاهروند