

هموروئید (بواسیر) چیست؟

هموروئیدها، سیاهرگ‌های (وریدهای) متسع شده کانال مقعدی هستند، واریس ورید های مقعد را بواسیر یا هموروئید می‌گویند. 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

*زور زدن موقع اجابت مزاج

*نشستن طولانی

*افزایش سن

*عوامل ارثی

*حاملگی

*تحرك كم

*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

لوله نوردار و مجهز به عدسی)

➤ 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 توالی 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.



هموروئید (بواسیر)



تهیه و تنظیم: دفتر آموزش سلامت

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 می تواند موجب تحریک و خارش اطراف مقعد می شود. دستمال مرطوب روش بهتری برای خشک کردن ناحیه است.

- از بالش های 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 فعالیت های 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 نشانه های 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 می باشد.
- 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 می توانید 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 راحت تر 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 می کند. برای اینکه دچار یبوست نشوید باید از مایعات فراوان، شیر، سبزیجات، میوه جات، آلو، انجیر و برگه هلو سوپ استفاده کنید.
- برای راحت تر شدن دفع می توانید از نرم کننده های مدفوع یا ملین های 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