هموروئید چیست ؟

بواسیر عبارت است از سیاهرگ‌های گشادشده (واریسی) در راست روده یا مقعد. بواسیر ممکن در مجرای مقعدی (بواسیر داخلی) یا در مدخل مقعد (بواسیر خارجی) واقع شده باشد. بواسیر ممکن است سال‌ها وجود داشته باشد اما تنها با وقوع خونریزی بدان پی‌برده شود

علل بواسیر:

علت دقیق هموروئید ناشناخته است ولی عواملی که در این زمینه نقش دارند شامل موارد زیر است.

- یبوست مزمن
- اسهال مزمن
- رژیم غذایی کم فیبر
- افزایش فشار داخل شکم
- چاقی
- نشستن به مدت طولانی
- نداشتن تحرک روزانه کافی و عدم ورزش روزانه
- توده ی داخل شکم
- سرفه ی مزمن
- ارث
- حاملگی

البته علایم خانم های باردار ممکن است بعد از زایمان بهبود یابد و یا در بعضی موارد به خاطر فشار های زایمان تشدید شود.



نشانه های بیماری هموروئید یا بواسیر

بروز درد در ظاهر شدن ترشح مخاطی (بلغمی)- پس از اجابت مزاج

۱- ناحیه مقعد در موقع دفع مدفوع

دفع ناقص(مدفوع موقعی که حس می کنید روده شما بعد از دفع مدفوع هنوز به صورت کامل خالی نشده است)

۲-به وجود آمدن برآمدگی در ناحیه مقعد

۳-به وجود آمدن درد و خونریزی در ناحیه مقعد در زنان باردار

۴-بی اختیاری مدفوع

۵-به وجود آمدن التهاب و تورم ناحیه مقعد

۶-خارج شدن بالشتکهای عروقی از مقعد

۷-خونریزی از مقعد

مشاهده رگه های خونی بر روی مدفوع یا همان مشاهده ۸-خون در

۹-خارش در ناحیه مقعد

شیوه تشخیص هموروئید و بواسیر

رایج ترین نشانه های هموروئید، خونریزی کناره مقعد می باشد اما هر نوع خونریزی را نبایست به هموروئید مربوط کرد. بایست بدانیم که برخی انواع سرطان های روده ی بزرگ و پولیپ ها منجر به دفع خون در مدفوع می گردند. پس تشخیص نوع بیماری توسط دکتر بواسیر هموروئید و **متخصص کولورکتال** بوسیله کولونوسکوپی (مشاهده داخل روده ی بزرگ از طریق لوله نوردار و مجهز به عدسی) امکان پذیر می باشد .مشاهده و معاینه دقیق توسط **دکتر جراح** و دست آخر رکتوسیگموئیدسکپی کلیدهای اصلی تشخیص هموروئید می باشند.



مراقبت های پرستاری بعد از عمل جراحی

برای درمان جراحی هموروئید های پیشرفته که توسط جراح ، باقتهای بواسیری برداشته و بخیه می شوند، مراقبت هایی پس از عمل نیاز است که عبارتند از:

۱- اصلاح رژیم غذایی با استفاده از غذاهای پر فیبر از قبیل مصرف سبزیجات ، میوه جات قراوان ، پودر پسیلیوم (اسفرزه) ، مایعات قراوان

۲- تنظیم اجابت مزاج مرتب و به موقع که معمولا یک ساعت پس از غذا خوردن زمان مناسبی برای اجابت مزاج می باشد.

۳- نشستشوی با آب گرم.

۴-استفاده از پماد آنتی هموروئید یا شیاف آن پس از اجابت مزاج طبق دستور پزشک.

۵- در لگن آب گرم به مدت ۲۰-۱۵ دقیقه پس از اجابت مزاج بنشینید و تکرار ان ۳-۲ مرتبه در روز مفید است.

خونریزی پس از عمل جراحی تا چند روز پس از عمل ممکن است خونریزی مختصر و یا دفع خونابه داشته باشید ، که این مسئله طبیعی است . که بایستی از یبوست و زور زدن هنگام اجابت مزاج خودداری کرده و استفاده از لگن آب گرم نیز کمک کننده می باشد.

در صورت ادامه یبوست و فشار موقع اجابت مزاج ، احتمال خونریزی پس از جراحی افزایش می یابد . در صورت خونریزی شدید و یا تداوم آن در اولین قرصت به پزشک و یا اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید



باسمه تعالی

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی سلمین



شناسنامه بروشور آموزشی	
عنوان	هموروئید
تهیه کننده	زمانه پوزش کارشناس پرستاری
سمت	سوپروایزر آموزش
منابع	درسنامه برونر و سودارث۲۰۲۲
سال تهیه	بهار ۱۴۰۱
تأیید کننده:	دکتر سعید غفوری منش متخصص جراحی عمومی

پیشگیری

برای اجابت مزاج عجله نکنید و در عین حال از زور زدن و نشستن طولانی‌مدت در توآلت خودداری کنید

اگر اضافه وزن دارید، وزن خود را کاهش دهید.

مقدار فیبر غذایی را در رژیم خود افزایش دهید

روزانه ۱۰-۸ لیوان آب بنوشید

به‌طور منظم ورزش کنید

عوارض احتمالی

کم‌خونی فقر آهن اگر خونریزی قابل توجه باشد

درد شدید در اثر وجود لخته خون در بواسیر

عفونت یا زخم شدن بواسیر

رژیم غذایی

برای پیشگیری از یبوست، یک رژیم متعادل حاوی مواد غذایی دارای فیبر زیاد، مثل میوه‌های تازه، حبوبات، سبزیجات و غلات سبوس‌دار داشته باشید

روزانه ۱۰-۸ لیوان مایعات بنوشید اگر اضافه وزن دارید، وزن خود را کم کنید.



مراقبت های در منزل

بیمار گرامی رژیم غذایی شما مایعات فراوان، سوپ، رژیم غذایی معمولی و پر فیبر ،کمپوت گلابی ، هلو زرد آلو و میوه‌جات خام (انگور، هندوانه)، آلوبخارا ودر صورتی که باز هم یبوست داشتید به پزشک خود اطلاع دهید.

- پرهیز ازموز ، خرما آناناس و ادویجات تند
- برای اینکه دردتان کمتر شود و خونریزی نداشته باشید ۵-۱۰ روز اول بعد از عمل به پهلو بنشینید و به پهلو بخوابید.
- در محل‌های سفت و مرطوب ننشینید. (رطوبت سبب خارش و تحریک ناحیه مقعدمی‌شود.)
- به مدت طولانی رانندگی نکنید.
- در صورت امکان ،از توالت قرنگی استفاده نکنید.

(توجه: استفاده از لگن آب گرم موجب کاهش درد و تورم شده و همچنین ناحیه مقعد را تمیز می‌کند.)

- اگر ۲-۳ هفته بعد از عمل، هنگام دفع، خونریزی داشتید، نگران نباشید این خونریزی کم کم از بین می‌رود. اگر خونریزی خیلی شدید بود و یا بعد از مدت فوق ادامه داشت ،به پزشک خود مراجعه کنید. هنگام دفع مدفوع از زور زدن خودداری کنیداز صابون‌های معطر جهت شستشو استفاده نکنید زیرا مواد رنگی و معطر سبب تحریک و خارش و خونریزی می‌شوند. پیاده‌روی برای شما بسیار مفید است.