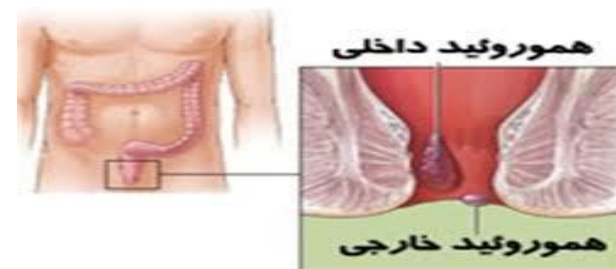


به نام خدا

بواسیر یا هموروئید به گشاد شدن سیاهرگها در مجرای مقعدی را می گویند که به کنترل مدفوع کمک می کنند. آن ها زمانی که متورم یا واریسی می شوند ، بیمار گونه یا همان بواسیری می شوند. این عارضه با خارش و احساس ناراحتی و شاید خونریزی همراه است. این عارضه می تواند به هنگام دفع مدفوع درد و ناراحتی و گاهی خونریزی به همراه داشته باشد.

انواع هموروئید یا بواسیر

هموروئید داخلی: این نوع هموروئید در زیر پوست کنار مقعد ایجاد می شود. این نوع بواسیر بسیار حساس تر است و بیمار احساس درد و خارش بیشتری دارد.



هموروئید خارجی: در این حالت هموروئید از درون روده متورم می شود و بیمار درد و ناراحتی بسیاری دارد و در هنگام دفع مدفوع منجر به خونریزی می گردد.

علل شایع بروز هموروئید یا بواسیر

- رژیم غذایی کم فیبر (عدم استفاده از میوه و سبزیجات)
- یبوست مزمن
- استرس و فشار های عصبی
- بالا رفتن فشار خون در سیستم گوارشی (در اثر اعتیاد به الکل)
- عارضه های کبدی (سیروز کبدی)

علائم و نشانه های بروز هموروئید یا بواسیر

- ❖ خونریزی و خارش
- ❖ درد بعلا ایجاد لخته و زخمی شدن بافت
- ❖ التهاب در ناحیه مقعد
- ❖ بیرون زدگی

شایعترین علالت هموروئید یا بواسیر داخلی، خونریزی قرمز روشن بدون درد در حین و یا در انتهای اجابت مزاج است که ممکن است چکه چکه و یا گاهی خفیف تر و شدیدتر باشد.

درمان بواسیر داخلی : مصرف روزانه ۸ لیوان آب، مصرف

روزانه ۲۵ تا ۳۵ گرم از فیبرها می باشد. مصرف انواع آلوها، سبزیجات، صیفی جات و میوه ها بجر موز، به، خرمالو موثر می باشد. (هر ۱۰۰ گرم خیار فقط ۱ تا ۲ گرم فیبر و هر ۱۰۰ گرم کرفس فقط ۷ گرم فیبر دارد). استفاده از ملین ها و لگن آبگرم ۳۹ تا ۴۰ درجه، بدون بتادین و نمک هر بار ۱۵ دقیقه و ۳ تا ۵ بار در روز از راه های کمک کننده به درمان است. همچنین ممنوعیت هر گونه زور زدن در حین دفع بسیار ضروری می باشد.



همه این درمان ها بسیار ضروری و لازم هستند ولی گاهی اوقات کافی نمی باشند و بایستی اقدامات سرپایی و پزشکی دیگری نیز انجام پذیرد نیاز به جراحی بواسیر یا برداشتن هموروئید می باشد.

مراقبت های بعد از جراحی هموروئید کتومی

۱-چنانچه عمل جراحی هموروئید کتومی با لیزر انجام شده باشد نیاز به بستری ندارد و بعد از عمل بیمار مرخص شده و به منزل می رود.

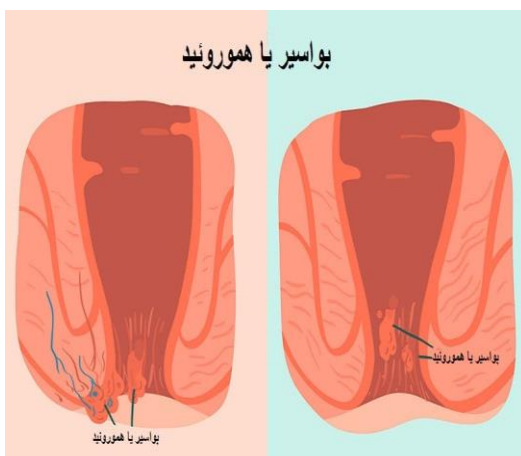
۲-در روز اول بعد از عمل جراحی هموروئید استراحت کنید و از منزل خارج نشوید.

۳-روزی دو تا سه بار مسکن مصرف کنید و اجازه ندهید درد و التهاب بعد از عمل شدت پیدا کند.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان
گیلان
بیمارستان شهید بهشتی بندرانزلی

هموروئید یا بواسیر



تهیه کننده :

تهیه کننده : افروز نبی زاده / کارشناس پرستاری
گروه هدف : مددجویان با داشتن بیماری بواسیر

تولید: زمستان ۱۳۹۹

آخرین بازنگری بهار ۱۴۰۴

در هنگام سفر به موارد زیر توجه کنید تا از عود و ابتلا به هموروئید جلوگیری کرده باشید:

۱. از نشستن بر روی صندلی و نشیمنگاه سخت خودداری کنید و بالشتک نرم و یا دوناتی به همراه داشته باشید. اگر مجبورید مدت طولانی بنشینید هر دو ساعت بایستید و تغییر حالت دهید.
۲. قهوه و چای پررنگ و نوشیدنی های با کافئین ننوشید.

۳. روزی دو بار راس ساعت معین به دستشویی بروید و هر زمان احساس نیاز به اجابت مزاج داشتید خود را نگه ندارید و سریعاً به دستشویی بروید.

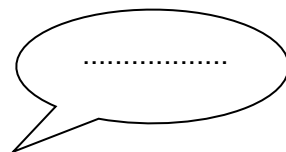
۴. در اختیار داشتن میان وعده مناسب مانند میوه، کیوی خشک، انجیر خشک و یا برگه زردآلو مفید است.

۵. مصرف غذاهای بخارپز نه سرخ شده

۶. در سفر نوشیدنی کافی به همراه داشته باشید.

۷. فعالیت روزانه داشته باشید و مراقب باشید کم تحرک نشوید.

۸. هنگام سفر و بعد از رسیدن به مقصد هر روز حداقل ۱۰ لیوان آب بنوشید. (منبع: وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی)



آموزش به مددخواه :

سایت بیمارستان: anzalih.gums.ac.ir

۴- اگر دچار اسهال شدید مصرف ملین را کم کنید

۵- ناحیه عمل را با شامپو بچه و آب گرم شستشو داده و ناحیه را همواره تمیز نگه دارید.

۶- تا زمانیکه پانسمان دارید از خوردن غذای سنگین اجتناب کنید اگر جراحی هموروئید وسیع نبوده، روز بعد از جراحی می توانید غذای کامل و بخصوص پرفیبر میل کنید در غیر اینصورت ۳ تا ۴ روز غذای سبک مثل سوپ میل کنید.

۷- صبح روز بعد از جراحی پانسمان برداشته میشود. در روش جراحی هموروئید با لیزر پانسمان داخل مقعد گذاشته نمی شود و فقط روی محل جراحی پانسمان می شود. پس دیگر نگران پانسمان داخلی نباشید. اگر پانسمان به محل جراحی چسبیده باشد آن را خیس کنید تا جدا شود

۸- از روز بعد از عمل جراحی روزی ۲ تا ۳ مرتبه بمدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه در لگن آب گرم بنشینید.

۹- یکی از راه های کاهش درد بیمار بعد از جراحی استفاده از کمپرس یخ است. این روش می تواند بعد از جراحی که معمولاً بیماران درد زیادی دارند، به کاهش سریع درد کمک نماید.

۱۰- جهت جلوگیری از وارد شدن فشار زیاد به ناحیه جراحی و آسیب آن از نشستن بر روی سطوح سخت خودداری کنید. بهتر است از بالش های دوناتی برای نشستن کمک بگیرید.