

علائم یا نشانه های بیماری:

- ۱- خونریزی به همراه دفع مدفوع یا بعد از دفع کامل به شکل قطره قطره
- ۲- درد و سوزش
- ۳- اشکال در دفع
- ۴- بیرون زدگی مخاط ناحیه مقعد

روشهای پیشگیری از هموروئید:

- ۱- با پیدایش تمایل به دفع , به توالت رفته و بدون عجله دفع را انجام دهید . زیرا به تاخیر انداختن عمل دفع باعث خشک و سفت شدن مدفوع می گردد و دفع بسیار دشوار خواهد شد
- ۲- از نشستن و زور زدنهای طولانی ,موقع اجابت مزاج خودداری کنید
- ۳- به مدت طولانی ننشینید و نایستید . نشستن و ایستادن طولانی به رگها فشار وارد می آورد
- ۴- ورزش کنید فعالیت بدنی سبک و منظم مانند پیاده روی باعث کاهش فشار وارد بر رگها شده و احتمال یبوست را کاهش میدهد

هموروئید (بواسیر) چیست ؟

هموروئید به مستع شدن بیش از حد شبکه های وریدی ناحیه مقعد گفته میشود که موجب درد و ناراحتی در ناحیه مقعد شده وبا ترشحات موکوسی غلیظ و بی اختیاری مدفوع همراه است

عوامل خطر ساز برای ایجاد هموروئید

- یبوست طولانی
- اسهال مزمن
- زور زدن بیش از حد موقع اجابت مزاج
- نشستن طولانی مدت در توالت
- افزایش سن
- زمینه خانوادگی
- حاملگی
- کم تحرکی
- مصرف نکردن مایعات و آب به اندازه کافی

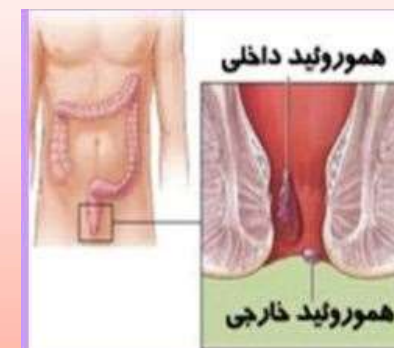


به نام اوکه هم درداست و هم درمان

بیمارستان نیمه شعبان

بخش جراحی

خودمراقبتی در هموروئید



آدرس: کرمان - بلوار ۲۲ بهمن چهارراه شعبانیه

تلفن: ۹۸-۳۳۳۲۱۹۸۸

شماره دورنگار: ۰۳۴۳۳۳۱۲۱۴۵

تهیه و تدوین: زهرا ظهیری

درمان :

اسهال مزمن و یبوست مزمن باید به عنوان مهمترین دلیل بروز هموروئید درمان شود.

استفاده از ملین های جاذب آب , حمام نشیمنگاهی , استفاده از پماد و شیاف حاوی مواد بی حس کننده و استراحت جهت رفع گشادی و پرخونی رگها با نظر پزشک معالج توصیه می شود.

در مراحل اولیه درمان می تواند به صورت سرپایی یا به روش غیر جراحی انجام شود و در غیر این صورت درمان جراحی برای برداشتن هموروئید ها انجام میگردد.

آموزشهای قبل از عمل:

۱- رژیم سبک و سرشار از مایعات فراوان داشته باشید

۲- ۸ الی ۱۰ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید

۳- شب قبل از عمل برای کاهش آلودگی و عفونت لازم است

موهای ناحیه عمل را بتراشید و استحمام کنید

۴- قبل از رفتن به اتاق عمل , زیور آلات , اجسام فلزی , گیره سر , لنز و دندان مصنوعی خود را خارج کنید.

۵- لاک ناخن های خود را پاک کنید

۶- ادرار خود را تخلیه کنید

آموزش های بعد از عمل :

۱- نباید از راه دهان چیزی بخورید , بعد از هوشیاری کامل و در صورت عدم تهوع با اجازه پزشک میتوانید مصرف مایعات را شروع کنید در صورت تحمل مایعات , کم کم سایر مواد غذایی برای شما آغاز خواهد شد

۲- به پهلو بخوابید , به طور مرتب تغییر وضعیت داده و هر ساعت یک ربع به روی شکم قرار بگیرید .

۳- وقتی که به شما اجازه داده شد بستر خود را ترک کنید , ابتدا به لبه تخت بنشینید و پاهای خود را آویزان کنید و در صورتیکه سرگیجه نداشتید با کمک پرستار از بستر خود خارج شوید

۴- معمولا قبل از ترخیص پانسمان ناحیه عمل برداشته می شود و لگن تمیزی محتوی آب گرم جهت التیام زخم در اختیار شما قرار داده می شود تا به مدت ۱۰ الی ۱۵ دقیقه در آن بنشینید . استفاده از حمام لگن از ۱۲ ساعت بعد از عمل , ۳-۴ بار در روز درد و ناراحتی را کاهش می دهد.

۵- در یک لگن پلاستیکی آب ولرم بریزید و سپس بتادین را به مقدار یک رنگ آب تغییر کند به آن اضافه کنید و به مدت ۲۰-۱۵ دقیقه در داخل آن بنشینید پس از آن پرینه را خشک نمایید , از کشیدن دستمال توالت روی پوست خودداری شود , میتوانید با استفاده از پنبه جاذب آب , خود را خشک کنید . استفاده از حمام لگن را به مدت یک تا دو هفته پس از جراحی ادامه دهید.

رژیم غذایی و تغذیه :

بهتر است از رژیم غذایی سرشار از پروتئین , ویتامین و پرفیبر (سبزیجات , میوه و ...) استفاده نمایید

از خوردن غذاهایی که باعث ایجاد یبوست می شود جدا خودداری نمایید

زمان بعدی مراجعه :

۷-۱۰ روز پس از عمل

اگر بعد از عمل در همان جایی که بواسیر بوده است یک برجستگی سفت تشکیل شود

اگر بواسیر باعث درد شدید می شود و با درمان های ذکر شده کاهش نیابد

اگر خونریزی زیاد باشد