



راهنمای آموزشی بیماران

**هموروئید (بواسیر)**

۱۲۸



زیرنظر:

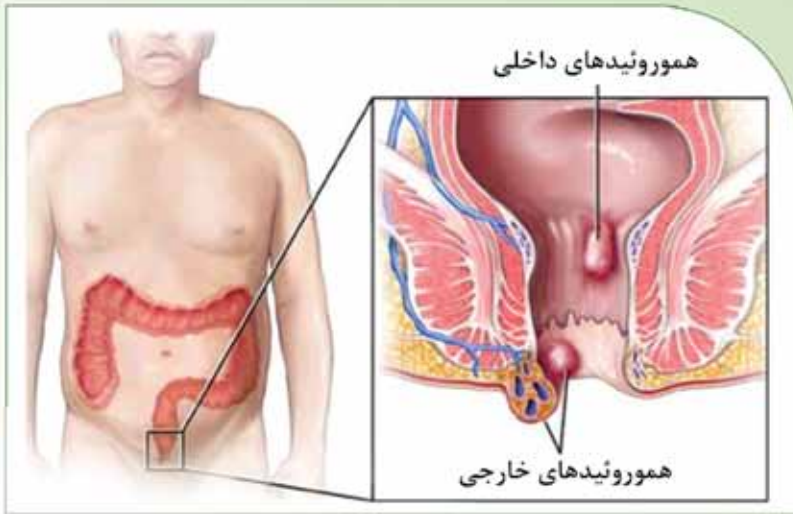
دکتر علی واحدی

متخصص جراحی عمومی و مسئول فنی بیمارستان خاتم الانبیاء (ع)

تهیه کننده:

دفتر پرستاری

دپارتمان آموزش بیماران



هموروئیدها در واقع وریدهایی (سیاه رگ) هستند که در کانال مقعدی قرار دارند. وریدها از جمله بافت‌های طبیعی هستند که همه انسانها آن را دارند، اما اگر بیش از حد متسع شوند، باعث ایجاد علائم شده و بیماری محسوب می‌شوند. هموروئیدها وریدهای متسع شده‌ی کانال مقعدی اند. ۵۰ درصد افراد به درجاتی دچار این بیماری می‌شوند و البته این مسئله ربطی به سن و جنس ندارد. هموروئید را به دو نوع داخلی و خارجی تقسیم می‌کنند، آن‌هایی که به مقعد نزدیک ترند را هموروئید خارجی دانسته و آن‌هایی را که کمی بالاتر قرار دارند هموروئید داخلی می‌نامند.

### عوامل مستعد کننده:

یبوست، حاملگی، زور زدن در هنگام دفع مدفوع، نشستن به مدت طولانی، استعداد خانوادگی و افزایش فشار سیاهرگ داخل شکمی

## علائم و نشانه ها:

هموروئیدهای داخلی معمولاً دردناک نیستند و فقط ممکن است با خونریزی و بیرون زدگی همراه باشند اما هموروئیدهای خارجی معمولاً دچار التهاب، تورم، درد و خارش می شوند و ممکن است با ترومبوز (لخته شدن خون در ورید)، ایسکمی (اختلال در خون رسانی) و نکروز (مرگ بافت) عارضه دار شوند. هموروئید در صورت عدم درمان ممکن است با عوارضی مانند خونریزی، ترومبوز و عفونت همراه شود.

## درمان:

- استفاده از رژیم غذایی پر فیبر (میوه جات و سبزیجات و غلات) و استفاده از ملین های جاذب آب جهت کاهش یبوست طبق تجویز پزشک.
- نشستن در لگن آب گرم، استفاده از پماد و شیاف های حاوی مواد بی حس کننده و استراحت جهت رفع اتساع و پر خونی عروق.



- استفاده از روش های غیر جراحی مثل اسکلوترابی، حلقه لاستیکی (Rubber Band)
- و در نهایت درمان جراحی

### آموزش مراقبت در منزل بدون عمل جراحی:

- توصیه می شود از عواملی که باعث افزایش فشار روی هموروئید می شود خودداری کنید؛ مثل نشستن، ایستادن طولانی مدت و زور زدن در هنگام اجابت مزاج.
- در صورت درد شدید، در وضعیت خوابیده به شکم استراحت کنید.
- جهت جلوگیری از یبوست، فعالیت های سبک و ورزش منظم انجام دهید.
- از رژیم غذایی پر فیبر (سبزیجات و میوجات) و مایعات فراوان (۲ لیتر روزانه) استفاده کنید.
- توصیه می شود از غلات کامل مانند نان سبوس دار، حبوبات، سبزیجات و





- میوه جات همراه با پوست استفاده نمایند.
- در صورت تجویز پماد و شیاف‌های حاوی مواد بی حس کننده، پس از شستشو و خشک کردن مقعد، از آن استفاده کنید.
- در صورتی که در لگن آبگرم می نشینید، روزی ۳ تا ۴ بار و هر بار ۱۵-۱۰ دقیقه این کار را انجام دهید.
- بهداشت ناحیه مقعد را رعایت کنید، پس از رفتن به توالت مقعد را خوب خشک کنید و طبق دستور پزشک پماد مسکن بمالید.

### آموزش های مرتبط با جراحی:

- قبل از جراحی، در صورت تجویز پزشک، از ملین و یا تنقیه جهت پاک کردن روده ها استفاده کنید. همین کار کافی ست. اما بعد از جراحی، مراقبت های بیش تری لازم است؛ از جمله:
- به پهلو بخوابید و به طور مرتب تغییر وضعیت دهید.

- از ۱۲ ساعت بعد از عمل تا ۲-۱ هفته، روزانه ۴-۳ بار، هر بار به مدت ۱۰ دقیقه در لگن آب گرم بنشینید.
- لازم است تا در صورت احساس دفع، فوراً اجابت مزاج انجام شود و بعد از دفع، مقعد را به خوبی شستشو داده و با دستمال کاغذی نرم خشک کنید.
- از مصرف بیش از حد شیرینی، قهوه و شکلات و ادویه جات (مواد غذایی محرک) خودداری کنید.
- از مسهل و ملین فقط در صورت اجازه پزشک استفاده شود.
- برای نرم کردن مدفوع از روغن زیتون، آلو، خاکشیر و شیر سرد استفاده کنید.
- توصیه می شود در ساعات معینی از روز مثلاً پس از صبحانه، اجابت مزاج داشته باشید.



- در صورت پیدایش عوارض بعد از عمل مانند خونریزی از مقعد، دفع ترشحات چرکی، تب و یبوست موضوع را با پزشک خود در میان بگذارید.
- در تاریخ تعیین شده جهت ویزیت بعدی مراجعه نمایید.



	<p><b>عنوان و نام پدیدآور :</b> همورئید(بواسیر) زیر نظر علی واحدی ؛ تهیه کننده دفتر پرستاری آموزش بیماران آلبمراستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم‌الانبیا.</p> <p><b>مشخصات نشر :</b> تهران : میرماه ، ۱۳۹۱.</p> <p><b>مشخصات ظاهری :</b> ۸ص:مصورنگی).</p> <p><b>فروست :</b> راه‌های آموزشی بیماران ۱۲۸.</p> <p><b>شابک :</b> ۶۵۰۰ ریال - ۳-۷۸-۴۰۶۰۰-۶۰۰-۹۷۸</p>
<p><b>راهنمای آموزشی بیماران / همورئید(بواسیر)</b></p>	<p><b>وضعیت فهرست‌نویسی :</b> فیبا</p> <p><b>موضوع :</b> بواسیر</p> <p><b>شناسه افزوده :</b> واحدی، علی، ۱۳۵۵ - ناظر</p> <p><b>شناسه افزوده :</b> بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم‌الانبیا(ص).دفتر پرستاری</p>
<p><b>ناشر:</b> انتشارات میرماه (۱-۲-۳۲۷۲۴۹۰) شماره‌گان: ۲۰۰۰ جلد</p> <p><b>تهیه کننده:</b> گرافیک: مهدیه ناظم زاده</p> <p><b>دفتر پرستاری/دپارتمان آموزش بیماران</b> لیتوگرافی و چاپ: قائم چاپ جوربند</p> <p><b>زیرنظر:</b> صحافی: عطف</p> <p><b>دکتر علی واحدی</b> قیمت: ۶۵۰۰ ریال</p> <p><b>نویت و سال انتشار:</b> ازل/۱۳۹۱ شابک: ۳-۷۸-۴۰۶۰۰-۶۰۰-۹۷۸</p>	<p><b>دپارتمان آموزش بیماران</b> RC۸۶۵</p> <p><b>زده بندی کنگره :</b> ۸ ۱۳۹۱ هـ</p> <p><b>زده بندی دیوبی :</b> ۶۱۶۱۳۵</p> <p><b>شماره کتابشناسی علی :</b> ۳۰۱۸۷۳۶</p>



სსსს

