

هموروئید (بواسیر): به قسمتهای بزرگ (متسع شده) رگهای خونی اطراف مقعد گفته می شود. عواملی مانند یبوست مزمن، حاملگی، زورزدن برای اجابت مزاج، استعداد خانوادگی و... در بوجود آمدن بیماری دخیل هستند.

علائیم: خونریزی، درد هنگام اجابت مزاج، خارش و سوزش و بیرون زدگی یک یا چند توده نرم هنگام اجابت مزاج از مقعد جزء علائم این بیماری می باشد.

تشخیص: تشخیص بیماری بر اساس شواهد بالینی و معاینه پزشکی می باشد.

درمان: با صلاحدید پزشک معالج درمان طبی و یا جراحی بر اساس طول مدت بیماری و شدت بیماری انجام می شود.

اقدامات قبل از عمل

شب قبل از عمل شام سوپ میل کرده و از نیمه شب (ساعت ۱۲ شب) ناشتا باشید.

در صورت داشتن آرایش و لاک ناخن آن را پاک کنید. موهای موضع عمل، قبل از عمل باید تراشیده شود. قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه (ادرار) را تخلیه نمایید. قبل از رفتن به اتاق عمل زیور آلات، اجسام فلزی، گیره سر، دندان مصنوعی و غیره را خارج کنید.

کلیه لباسهای خود (لباس زیر، جوراب و ...) را در آورید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید.

در صورت داشتن سابقه بیماری و سابقه حساسیت (دارویی، غذایی) پرستار و پزشک معالج را در جریان امر قرار دهید.

قبل از رفتن به اتاق عمل به شما سرم وصل می شود.

رژیم غذایی و تغذیه در بیمارستان

در صورت هوشیاری کامل و عدم وجود مشکلات گوارشی مانند تهوع و استفراغ، رژیم مایعات را طبق دستور پزشک با اجازه پرستار شروع کنید و در صورت عدم تحمل (حالت تهوع و استفراغ) به پرستار اطلاع دهید. در صورت تحمل به تدریج با نظر پزشک می توانید از سایر مواد غذایی استفاده کنید.

فعالیت در بیمارستان

بعد از عمل برای خروج از تخت از پرستار خود اجازه بگیرید. تا ۲۴ ساعت اول بعد از عمل فعالیت محدود داشته و فقط در موارد ضروری (مثلاً برای رفتن به دستشویی) از جای خود حرکت کنید. برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمایید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.

دارو

داروها (آنتی بیوتیک جهت پیشگیری از عفونت و مسکن برای تسکین درد) طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار به شما داده خواهد شد.

مراقبت ها در بیمارستان:

جهت پیشگیری از عوارض بعد از عمل جراحی، تمرینات تنفسی (تنفس عمیق و سرفه) و ورزش های پا را انجام دهید.

پس از عمل بهتر است به پهلو خوابیده و بطور مرتب تغییر وضعیت دهید و هر ساعت یک ربع به روی شکم بخوابید.

از عواملی که باعث افزایش فشار روی محل عمل می شود مانند نشستن یا ایستادن طولانی و زور زدن هنگام اجابت مزاج خودداری نمایید.

در صورت درد شدید در وضعیت خوابیده به شکم قرار بگیرید.

معمولاً قبل از ترخیص پانسمان ناحیه ی عمل برداشته می شود.

در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.

خودمراقبتی ها بعد از ترخیص:

رژیم غذایی و تغذیه در منزل

رژیم غذایی معمولی می باشد. توصیه می شود برای جلوگیری از یبوست از مواد پرفیبر (مانند میوه و سبزی)، مایعات فراوان، سیب زمینی آب پز، سبزی و کاهو بیشتر استفاده نمایید. در رژیم غذایی از نخود، لوبیا، کالباس، سوسیس، نوشابه گاز دار، آبمیوه مصنوعی، ادویه جات، انار کمتر استفاده شود.

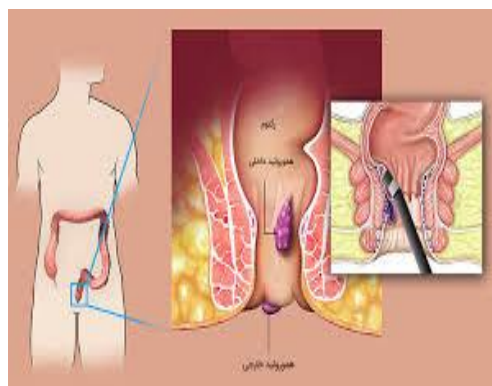
فعالیت در منزل

طی یک تا دو هفته اول بعد از عمل باید از انجام کارهای سنگین خودداری کرده ولی پس از آن ورزش و فعالیت سنگین با مجوز پزشک، بلامانع است. فعالیت بدنی سبک و منظم مانند پیاده روی داشته باشید.



دانشگاه علوم پزشکی دزفول
بیمارستان بزرگ دزفول (دکتر گنجویان)
راهنمای بیمار و خانواده

**خومراقبتی در جراحی
هموروئید (بواسیر)**



بازنگری پاییز ۱۴۰۱

دفتر آموزش سلامت همگانی

تلفن پیغامگیر آموزش سلامت: ۰۶۱-۴۲۴۲۷۱۵۰

تلفن بیمارستان: ۰۶۱-۴۲۴۲۲۰۴۱-۹

آدرس سایت: <http://ghospital.dums.ac.ir>

تایید پزشک متخصص

کد: ۱۶۹

پنج نکته مهم و ضروری برای جلوگیری از عود بیماری: یبوست ممنوع، زور زدن ممنوع، شستن با آب گرم، نشستن در جای مرطوب و سرد ممنوع، نشستن و ایستادن به مدت طولانی ممنوع می‌باشد.

اگر کارتان طوری است که باید برای مدت طولانی بنشینید، حتماً هر از چند گاهی بلند شده و قدم بزنید. ورزش کنید، فعالیت بدنی سبک و منظم مانند پیاده روی باعث کاهش فشار وارد بر رگها شده و احتمال یبوست را کاهش میدهد. بعد از هر بار اجابت مزاج بهداشت ناحیه مقعد را رعایت کرده و خود را خشک نمایید.

مراقبت دارویی در منزل

از پماد آنتی هموروئید یا شیاف آن پس از اجابت مزاج طبق دستور پزشک مصرف نمائید. جهت تسکین درد داروهای ضد درد طبق تجویز پزشک مصرف نمائید.

زمان مراجعه بعدی

۷-۱۰ روز پس از عمل اگر بعد از عمل در همان جایی که بواسیر بوده است یک برجستگی سفت تشکیل شود. در صورت خونریزی شدید از مقعد، احتباس ادراری، ترشحات چرکی، تب، یبوست، اسهال و درد شدید به پزشک مراجعه نمایید.

آرزوی سلامتی و بهبودی شما

مشاور علمی: دکتر مهدی هاشمی (متخصص جراحی عمومی)
مریم صفری (سرپرستار بخش جراحی مردان)
منبع: برونر سوارث
طراحی و بازنگری: الهه جرجانی (سوپروایزر آموزش سلامت)

مراقبت ها در منزل

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

تا ۵ روز، روزی ۲ نوبت در لگن آب ولرم (بدون بتادین) و به مدت یک ربع ساعت بنشینید و از روز ششم تا ۱۰ روز بعد به صورت شبی یک نوبت استفاده از لگن آب ولرم کافی می باشد. (طبق دستور پزشک)

در صورت ادامه یبوست و فشار موقع اجابت مزاج، احتمال خونریزی پس از جراحی افزایش می یابد.

برای اینکه دردتان کمتر شود و خونریزی نداشته باشید ۵-۱۰ روز اول بعد از عمل به پهلوی بنشینید و به پهلوی بخوابید.

روزانه هشت لیوان آب جهت جلوگیری از یبوست میل کنید.

به جز فیبرها از مصرف ملین ها اجتناب کنید زیرا دیگر انواع ملین ها می توانند باعث اسهال شده و هموروئید را بدتر می کند.

وقتی که احساس می کنید نیاز به دستشویی رفتن دارید زیاد منتظر ننماید و برنامه اجابت مزاج را (پس از صبحانه) تنظیم کنید.

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