

برای کاهش درد چه باید کرد؟

✓ روزی سه تا چهار بار در لگن آب گرم بنشینید و پس از هر

بار اجابت مزاج، ناحیه را به خوبی بشویید.

✓ از مسکن هایی مانند استامینوفن با دستور پزشک می

توان استفاده نمود.

✓ در صورت خارش و درد می توان از پمادهای حاوی

هیدروکورتیزون و یا ژل لیدوکائین با دستور پزشک استفاده

نمود.

✓ از بلندکردن و یاکشیدن وسایل سنگین خودداری

نمایید.

علایم هشداردهنده بیماری و مراجعه مجدد

✓ در صورت بروز تورم، درد، قرمزی، خونریزی از مقعد،

ترشحات چرکی، تب، سریعاً به پزشک مراجعه کنید.

منابع

۱- جانسیال. هینکل. کریاچ. چپویر ۲۰۱۴. پرستاری داخلی جراحی بیماری های گوارش (برونروسودارث)، ترجمه: عالیخانی، م. ویرایش سیزدهم. تهران: انتشارات جامعه نگروسالمی ۶

۲- Consult Nursing (پایگاه اطلاعاتی)

✓ در صورت احساس دفع، اجابت مزاج انجام شود

و بعد از اجابت مزاج، مقعد را به خوبی با آب گرم

و با ملایمت شسته، و به کمک پارچه کتانی جاذب

به آرامی خشک کنید (از مالیدن دستمال خودداری

کنید)

✓ توصیه می شود که در ساعات معینی از روز

(پس از خوردن صبحانه) اجابت مزاج انجام شود.

✓ بعد از عمل از زمانی که مجاز به راه رفتن شدید

(طبق نظر پزشک)، ابتدا مدتی روی لبه تخت

نشسته (پاهای خود را آویزان کنید) و در صورتی

که سرگیجه نداشتید با کمک همراه از تخت

خارج شوید و در حد امکان راه بروید.

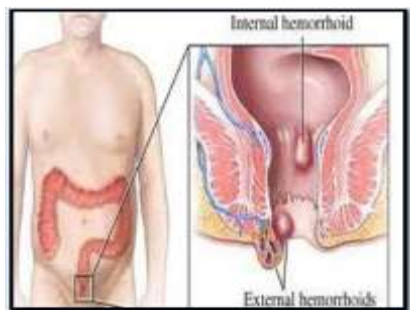
✓ در صورت داشتن نمونه پاتولوژی، پس از آماده

شدن جواب به رویت پزشک خود برسانید.



بسمه تعالی

هموروئید (بواسیر)



مرکز آموزشی پژوهشی درمانی امام علی (ع)

دفتر آموزش سلامت

تاریخ بازنگری: ۱۳۹۶ / ۰۲ / ۰۱

کد: ۵-۲

هموروئید (بواسیر) چیست؟

هموروئید به متسع شدن بیش از حد شبکه های وریدی ناحیه مقعد گفته می شود که موجب درد و ناراحتی در ناحیه مقعد شده و با 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 به مدت طولانی در توالت

*افزایش سن

*زمینه خانوادگی

*حاملگی

*کم تحرکی

*مصرف نکردن مایعات و آب به اندازه کافی

علائم بیماری:

*خونریزی به همراه دفع مدفوع

*درد و سوزش و اشکال در دفع

*بیرون زدگی مخاط ناحیه ی مقعد در نوع خارجی

درمان هموروئید:

✓درمان طبی (شامل مصرف مایعات و سبزیجات فراوان

،ملین، حمام نشیمنگاهی، پماد و شیاف های بی حس کننده و استراحت).

در صورتی که درمان طبی منجر به بهبودی نشد،

درمان جراحی و برداشتن هموروئید: عمل جراحی معمولاً

تحت بی حسی انجام می شود .

آموزش های بعد از جراحی هموروئید:

✓از رژیم غذایی پرفیبر (میوه ها و سبزیجات) استفاده کنید

و از خوردن مواد غذایی که باعث ایجاد نفخ و یا یبوست می شوند اجتناب کنید.

✓توصیه می شود که از غلات کامل(مانند: نان سبوس

دار)حبوبات،میوه ها همراه با پوست و آجیل استفاده گردد.

✓ از مسهل و ملین بدون تجویز پزشک استفاده نکنید و برای نرم شدن مدفوع از روغن زیتون، آلو، خاک شیر، شیر سرد استفاده کنید.

✓ مایعات فراوان به میزان ۲ تا ۳ لیتر (۸-۱۲ لیوان) در روز توصیه میشود.

✓ بعد از عمل جراحی، نشستن در لگن آب گرم (حداقل ۳ بار در روز و هر بار ۲۰-۱۵ دقیقه) موجب افزایش جریان خون و تسریع در التیام زخم میشود. توجه کنید که در استفاده از لگن آب گرم، هیچ ماده ای حتی بتادین (به دلیل خشک کردن مخاط استفاده نگردد).

✓لگن آب گرم را تا مدت ۲-۱ هفته ادامه دهید.

✓سعی کنید به طور متناوب بر روی شکم بخوابید، چون این وضعیت ورم و درد ناحیه را کاهش می دهد.

✓از خوردن سیب بدون پوست،انار،ماست و به اجتناب کنید.

✓از مصرف بیش از حد شیرینی، قهوه و شکلات اجتناب کنید.