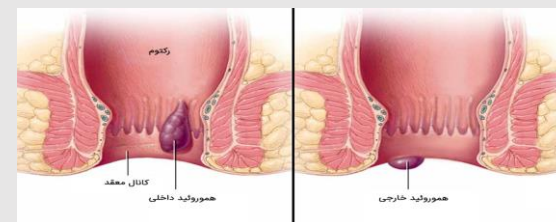


هموروئید چیست؟

هموروئید یا بواسیر به تورم عروق خونی ناحیه کانال مقعدی گفته می شود که اغلب همراه با خونریزی در هنگام دفع مدفوع است.

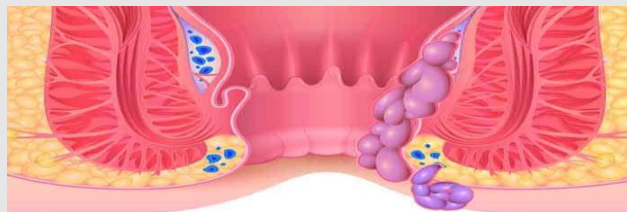


هموروئید دو نوع داخلی و خارجی دارد. در نوع داخلی، بافت متورم در داخل کانال مقعدی قرار داشته و احساس نمی شود و فقط در زمان دفع مدفوع قابل مشاهده است. در نوع خارجی بافت متورم در اطراف مقعد و به رنگ پوست بوده گاهی همراه با خارش بوده و تنها در صورت تشکیل لخته در آن محل، بافت درگیر به رنگ تیره درآمده و دردناک می شود.

علل و عوامل موثر:

- حاملگی
- نشستن و ایستادن به مدت طولانی
- سیروز همراه هایپر تانسیون ورید پورت
- یبوست مزمن

چاق بودن شکم



علائم و نشانه ها

- خارش مقعدی
- خونریزی مقعدی
- احساس ناراحتی در ناحیه [نال و رکتوم
- یبوست

چه زمانی باید به پزشک مراجعه نمود؟

- 1- خونریزی
- 2- عفونت
- 3- اختناق یا زخم شدن هموروئید

پیشگیری:

- ❖ برای پیشگیری باید مدفوع نرم بوده و بدون فشار خارج شود.
- ❖ بلافاصله پس از احساس دفع، اجابت مزاج داشته باشید.
- ❖ ورزش و پیاده روی را در برنامه روزانه خود قرار دهید.
- ❖ از غذاهای حاوی فیبر، بیشتر استفاده نمایید.
- ❖ عدم استفاده از ملین های جاذب آب

برای کاهش درد چه باید کرد؟

- ❖ رعایت بهداشت شخصی، پس از هر بار اجابت مزاج، ناحیه را به خوبی بشوید.
- ❖ اجتناب از زور زدن هنگام اجابت مزاج
- ❖ رژیم غذایی پرباقیمانده که حاوی میوه و سبزی فراوان می باشد همراه با مصرف مایعات فراوان
- ❖ استفاده از کمپرس گرم و حمام نشیمنگاهی.
- ❖ استفاده از پماد و شیاف های حاوی مواد بی حس کننده



- ❖ در صورت عود درد می توانید تا یک روز در بستر استراحت نمایید.
- ❖ از بلند کردن و یا کشیدن وسایل سنگین خودداری نمایید.

درمان

چندین نوع روش درمانی غیر جراحی شامل:

- استفاده از اشعه مادون قرمز برای ایجاد انعقاد
- دیاترمی دو قطبی
- درمان با لیزر



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی آذربایجان

غربی

بیمارستان نبی اکرم (ص) اشنویه

هموروئید



تهیه و تنظیم: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: رییس علمی بخش

کد: NA-H-PE-00

تاریخ تدوین: 1404/09/30

تاریخ بازنگری بعدی: 1405/09/30

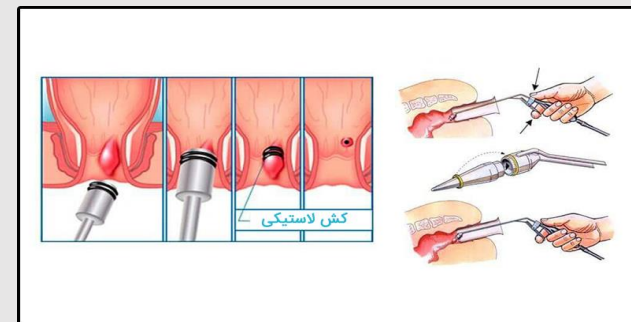
منابع: آموزش به بیمار ماری ام. کانایو. تلان 2018، گوارش

برونر و سوارث

- کمپرس گرم برای بهبود گردش خون
- در افراد سالمند بدلیل تغییرات وابسته به سن جهت جلوگیری از یبوست استفاده از الگوهای رژیم
- معاینات دهان و دندان در افراد مسن جهت استفاده از غذاهای غنی از فیبر
- اهمیت ویزیت های منظم و پیگیری برای ارزیابی های پزشکی و آزمایشگاهی



- یک روش جراحی نگهدارنده برای هموروئیدهای داخلی استفاده از روش بستن به وسیله بند لاستیکی می باشد که به کمک آنوسکوپ انجام میشود.



مراقبت و آموزش به بیمار

- خوردن غذاهای پرفیبر برای داشتن حرکات روده ای منظم و نرم شدن مدفوع
- نوشیدن مایعات فراوان 2 تا 3 لیتر روزانه
- مصرف نرم کننده و ملین های حجیم کننده مدفوع جهت جلوگیری از یبوست
- انجام ورزش های روزانه ملایم و پیاده روی برای افزایش پریستالتیس و دفع آسان مدفوع
- پرهیز از زور زدن هنگام دفع مدفوع
- رعایت بهداشت فردی و تمیز بودن همیشگی ناحیه اطراف مقعد
- استفاده از لگن بتادین بعد از حرکات روده ای به منظور تسکین ناراحتی و تمیز کردن ناحیه
- در صورت التهاب هموروئید استفاده از کمپرس سرد