



دانشگاه علوم پزشکی همدان

بیمارستان امام حسین (ع) ییجار

# راهنمای آموزشی بیماران

## هموروئیدی (بواسیر)

واحد آموزش به بیمار و سلامت همگانی

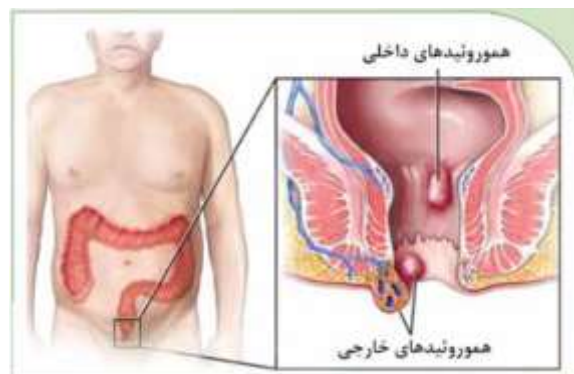
شماره تلفن: ۰۸۲۳۸۲۳۶۰۶۸

آدرس وب سایت بیمارستان:

<https://muk.ac.ir/Page?pagelid=۲۳>

IHH-PE-PA-SD04

منبع: برونر سوادارت



هموروئیدها در واقع وریدهایی (سیاه رگ) هستند که در کانال مقعدي قرار دارند. وریدها از جمله بافت های طبیعی هستند که همه انسانها آن را دارند، اما اگر بیش از حد متسع شوند، باعث ایجاد علائم شده و بیماری محسوب می شوند. هموروئیدها وریدهای متسع شده ی کانال مقعدي اند. هموروئید را به دو نوع داخلی و خارجی تقسیم می کنند، آن هایی که به مقعد نزدیک ترند را هموروئید خارجی دانسته و آنهایی را که کمی بالاتر قرار دارند هموروئید داخلی می نامند

### 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 دردناك نیستند و فقط ممکن است با خونریزي 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 خونریزي، ترومبوز و عفونت همراه شود.

### درمان:

- استفاده از رژیم غذایی پرفیبر (میوه جات و سبزیجات و غلات) و استفاده از ملین های جاذب آب جهت کاهش یبوست طبق تجویز پزشك.  
- نشستن در لگن آب گرم، استفاده از پماد و شیاف های حاوی مواد بی حس کننده (در صورت تجویز پزشك) و استراحت جهت رفع اتساع و پرخونی عروق.  
- 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 میو جات) 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 نمائید



-در صورت تجویز پماد و شیاف های 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 ۱۰ - ۱۵ 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

از ۱۲ ساعت بعد از عمل تا ۱-۲ هفته، روزانه ۳-۴ 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.

