

یا من اسمه دواء و ذکره شفاء

راهنمای بیمار

هموروئید " بواسیر "



۸- هر وقت احساس دفع داشتید به دستشویی بروید و از حبس کردن آن خودداری کنید . هنگام دفع مدفوع از زور زدن خودداری کنید . پس از دفع مدفوع خودتان را با آب گرم بشویید (حتی در تابستان) و بادستمال توالت سفید بدون عطر و بو خشک کنید .

۹- از صابون های معطر جهت شستشو استفاده نکنید زیرا مواد رنگی و معطر سبب تحریک و خارش و خونریزی میشوند .

۱۰- برای کاهش درد و خونریزی کمتر از ۵-۱۰ روز اول بعد از جراحی به پهلو بنشینید و بخوابید .

۱۱- در محل های سفت و مرطوب ننشینید . رطوبت سبب خارش و تحریک ناحیه مقعد می شود .

۱۲- تا سه هفته بعد از عمل می توانید فعالیت عادی داشته باشید .

۱۳- در صورتی که بعد از بهبودی کامل باز هم خونریزی شدید داشتید فقط با پزشک خود مشورت کنید و به توصیه دیگران از هر دارویی استفاده نکنید .

برداشتن آپاندیس با عمل جراحی



توصیه های بعد از عمل جراحی

۱- بعد از عمل جراحی هموروئید و هنگام اجابت مزاج پانسمان روی قسمت جراحی شده خواهد افتاد که این امر نباید موجب نگرانی بیمار گردد .

۲- بعد از ترخیص می توان استحمام کرد .

۳- ابتدا رژیم غذایی شما مایعات فراوان ، سوپ سپس رژیم معمولی و پر فیبر است برای اینکه دچار یبوست نشوید باید از مایعات فراوان ، سبزیجات ، میوه ، آلو ، انجیر و ... استفاده کنید .

۴- اگر در ۳-۴ روز ، هفته اول بعد از عمل هنگام دفع خونریزی داشتید نگران نباشید این خونریزی کم کم از بین می رود اگر خونریزی خیلی شدید شد و یا بعد از مدت فوق ادامه یافت حتما به پزشک خود اطلاع دهید .

۵- پیاده روی برای شما بسیار مفید است .

۶- پس از عمل در هنگام شل و سفت کردن مقعد ، کمی درد وجود دارد که پس از چند روز تا یک هفته کاملا بهبود می یابد .

۷- مصرف آب را به ۸ لیوان در روز برسانید.

سایت بیمارستان: kazeroonhp.sums.ac.ir

شماره تلفن: 07142227080 داخلی: 306



لوبیا ، باقلا و میوه جات وجود داشته و نوع مصنوعی آن پسیلیوم نام دارد .

۲- نوع غیر محلول در آب که بطور سریع از لوله گوارش عبور می کند و در گندم سبوس دار غلات کامل ، نان و سبزیجات موجود است .

بجای مواد کم حجم یا بدون فیبر (نان تهیه شده از غلات بدون سبوس ، شیرینی جات ، چیپس ، بستنی ، پنیر و گوشت) از غذاهای حاوی فیبر (میوه ، سبزیجات ، نان تهیه شده از غلات کامل و سبوس دار) استفاده کنید . بهتر است سبزیجات را خام مصرف کنید چون طبخ ، باعث کاهش فیبر آن ها می شود . از میوه های تازه با پوست خوراکی بیشتر استفاده کنید . پوست میوه سرشار از فیبر است .

توجه

۱- روزی سه مرتبه داخل لگن آب گرم و بتادین هر بار به مدت ۲۰-۳۰ دقیقه بشینید و سپس خود را با آب ولرم بشویید و خشک کنید .

۲- پس از هر بار اجابت مزاج ناحیه را به خوبی بشویید

۳- از مسکن هایی مانند استامینوفن و بروفن می توان استفاده نمود .

۴- از بلند کردن و یا کشیدن وسایل سنگین خودداری نمایید .

علل هموروئید

افزایش فشار داخل شکمی موقع دفع مدفوع خشک و یا اسهال طولانی مدت از علل شایع هموروئید هستند . خیلی از خانم ها در طی حاملگی دچار هموروئید می شوند . نشستن یا ایستادن طولانی می تواند یک عامل باشد . علل دیگر شامل ورزش نکردن ، ورزش خیلی سنگین ، عادت بیرون روی نادرست (از قبیل زور زدن برای مدفوع یا نشستن بر روی دستشویی برای مدت طولانی) است .

علایم هموروئید

۱- خونریزی بدون درد که معمولا همراه با مدفوع و یا پس از دفع بصورت قطره قطره یا خون پاشی خواهد بود . (شایعترین علامت)

۲- درد ، خارش و سوزش ۳- لازم به یادآوری است که هر خونریزی از مقعد را نباید به حساب بواسیر گذاشت بلکه توسط پزشک باید بررسی های لازم انجام شود تا علل دیگر نیز رد گردد .

پیشگیری از عود بیماری

۱- یبوست ممنوع ۲- زور زدن در هنگام دفع ممنوع ۳- طهارت با آب گرم ۴- از رژیم غذایی پر فیبر استفاده کنید .

فیبر چیست ؟

فیبر بخشی از گیاه است که هضم نشده و باعث ایجاد حجم می شود تا مواد غذایی راحت از لوله گوارش عبور کند که به دو شکل وجود دارد :

۱- نوع محلول در آب که ماده ژله ای بوده و در جوی دو سر ، نخود

هموروئید " بواسیر "

۲/۵-۴ سانتی متر انتهای راست روده کانال مقعدی نامیده می شود . کانال مقعدی با شبکه ای از وریدهای کوچک که درست زیر پوست هستند کشیده می شود . عادت های غیر عادی جهت اجابت مزاج از قبیل زور زدن برای بیرون راندن مدفوع (به خصوص موقع یبوست) یا نشستن طولانی مدت جهت اجابت مزاج ، ممکن است باعث بزرگی این وریدها بشود . این ورید های بزرگ شده لایه های متورم بافتی را درست می کند که ما آن ها را هموروئید می نامیم . مدفوع سخت ممکن است بواسیر را بیشتر تحریک کرده و آن ها را از کانال مقعدی بیرون براند .

انواع هموروئید

هموروئید دو نوع داخلی و خارجی دارد . در نوع داخلی ، بافت متورم در داخل کانال مقعدی قرار داشته و دیده 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 .