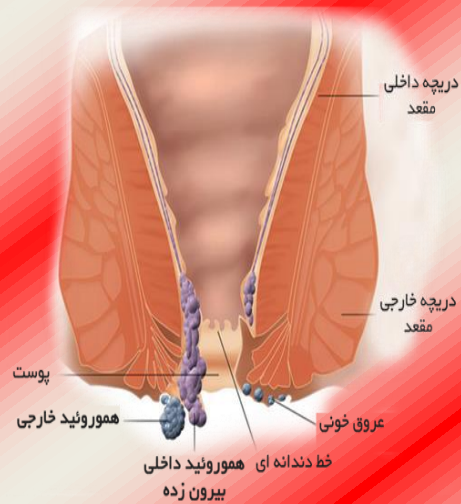




هموروئید



زیر نظر واحد آموزش ۱۳۹۳

- ❖ مقعد خود را بعد از دستشویی با کاغذ توالت مرطوب تمیز کنید یا از پدهای مرطوب مانند پوشک بچه استفاده کنید . از پک یخ برای تسکین تورم استفاده کنید.
- ❖ از استامینوفن و ایبروپروفن برای تسکین درد استفاده کنید.
- ❖ از داروهای هموروئید بدون مشورت با پزشک خانوادگی استفاده نکنید.
- ❖ در صورت داشتن نمونه پاتولوژی ده روز بعد از عمل به آزمایشگاه بیمارستان مراجعه و جواب را دریافت نموده و به پزشک معالج خود مراجعه نمایید.



- ❖ از نشستن به مدت طولانی پرهیزید.

دستورات بعد از عمل:

- ❖ در صورت تجویز دارو به طور کامل استفاده نمایید.
- ❖ در صورت مشاهده خون در مدفوع نگران نباشید تا یک هفته بعد از عمل طبیعی است ولی در صورت زیاد بون خونریزی به پزشک مراجعه نمایید.
- ❖ در منزل نیز از لگن آب گرم به طور ثابت ۴ بار در روز و بعد از هر بار اجابت مزاج استفاده نمایید. لگن آب گرم (۳۷-۴۰) بصورتی که مطبوع بیمار باشد روزانه ۳ بار و هر دفعه ۲۰ دقیقه سبب کاهش فعالیت و تون اسفنکترهای مخرج و به تبع آن کاهش فشار داخل مخرج می شود.



- ❖ در صورت تب به پزشک معالج خود مراجعه نمایید.

- ✓ رژیم پر فیبر شامل نان و غلات سبوس دار، میوه جات و سبزیجات خام



- ✓ جلوگیری از یبوست طولانی با استفاده از رژیم پرفیبر و عدم استفاده از تریاک و سایر داروهای یبوست زا و تخلیه روده به محض احساس دفع
- ✓ از ملین ها اجتناب کنید به جز ملین های با حجم بسیار مانند فیبرها، متاموسیل و غیره.
- ✓ جلوگیری از اسهال طولانی با درمان بیماری زمینه ای مثل کولیت اولسروز
- ✓ کنترل چاقی
- ✓ فعالیت بدنی و ورزش کافی
- ✓ منع نشستن در جای سرد و مرطوب، نشستن و ایستادن به مدت طولانی

- درد
- خارش
- سوزش
- ترشح مواد بلغمی و تحریک اطراف مقعد
- بیرون زدگی
- احساس دفع و پری بعد از دفع

درمان جراحی

درمان جراحی بصورت بستن ورید مقعدی بوسیله باند پلاستیکی می باشد. در این روش یک نوار پلاستیکی اطراف ورید متورم بسته می شود. با بستن این نوار جریان خون آن قطع شده و پس از چند روز ورید خشک چروکیده و کنده می شود. گاه در افراد با علائم شدید نیاز به جراحی عروق برجسته می باشد.

چگونه از عود پیشگیری کنیم؟

- ✓ مصرف مایعات فراوان

هموروئید اختلال رایج در مقعد و رکتوم است و زمانی که رگ های پیرامون مقعد یا ناحیه پایین رکتوم ملتهب می شوند، این حالت ایجاد می گردد. دو نوع هموروئید داخلی (نتیجه افزایش فشار در رگ های هموروئیدی داخلی) و نوع خارجی (نتیجه افزایش فشار در رگ های خارجی) وجود دارد. این افزایش فشار می تواند ناشی از یبوست مزمن یا اسهال، حاملگی، ایستادن برای مدت طولانی، چاقی، سیروز، غذاهای حاوی چربی بالا و فیبر کم و... باشد.

علائم هموروئید:

- خونریزی بدون درد که معمولاً همراه با مدفوع یا بعد از آن بصورت قطره قطره یا خون پاشی خواهد بود.

