



بسمه تعالی

دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان حاج محمد اسماعیل امتیاز

مرکز فوریتهای جراحی شهید رجایی

بواسیر یا هموروئید

تهیه کننده: فاطمه عباسپور

کارشناس آموزش به بیمار

تاریخ تهیه: بهار 1395

تاریخ بازبینی: پاییز 1396

تأیید کننده علمی: جناب آقای دکتر نجفی

متخصص و جراح عمومی

زیر نظر واحد بهبود کیفیت

جهت بیماران



هموروئید یا بواسیر در واقع عبارت است از تورم سیاهرگهای خونی ناحیه مقعد. سیاهرگها، رگهائی هستند که خون را به قلب باز می گردانند. اگر به هر دلیلی کار و عملکرد سیاهرگها دچار اختلال شود، عبور و چرخش خون در این رگها از حالت طبیعی خارج شده و به علت جمع شدن خون در قسمتی از رگ، سیاهرگ حالت برجسته و ورم کرده پیدا می کند. هموروئید در هر سنی ممکن است بروز کند اما معمولاً در سالمندی بیشتر رخ می دهد. زنان باردار نیز به دلیل افزایش وزن در دوران بارداری و زور زدن های مربوط به زایمان به آن دچار می شوند. چاقی یکی از عوامل افزایش دهنده و تشدید کننده هموروئید است.

مهم ترین دلیل ابتلا به بیماری هموروئید، یبوست است. زور زدن مداوم برای انجام عمل دفع و نشستن های طولانی مدت در توالت سبب افزایش فشار بر سیاهرگ ها و تورم آنها می شود.

علائم و نشانه های هموروئید چیست؟

خونریزی: شایعترین علامت هموروئید، خونریزی موقع اجابت مزاج می باشد که پس از دفع مدفوع سفت ایجاد می شود و روی کاسه توالت خون به صورت قطره قطره می چکد.

خروج (بیرون زدگی) توده:

گاهها اتفاق می افتد که زائده ای از مخرج بیمار، پس از زور زدن خارج می شود که گاه خود به خود جا رفته و گاه بیمار

خودش با دست موقع شستشو جا می اندازد و گاه توده بیرون باقی مانده و موجب درد می شود.

درد: هموروئیدها به دو دسته تقسیم می شوند. هموروئید داخلی اکثراً درد ندارند، تنها علامت آنها خونریزی به همراه خروج توده از مقعد می باشد. هموروئید های خارجی که همراه با درد و لمس توده حساس در ناحیه مقعد می باشند که گاه خونریزی زیر جلدی ایجاد کرده و باعث درد شدید می شود، در این حالت لازم است به پزشک جراح مراجعه نمائید.

درمان جراحی برای هموروئید های پیشرفته می باشد که توسط جراح، بافتهای بواسیری برداشته و بخیه می شوند، که مراقبت هایی پس از عمل نیاز است:

1. برای اینکه دچار یبوست نشوید باید از مایعات فراوان، شیر، سبزیجات، میوه جات، آلو، انجیر و برگه هلو استفاده کنید. در صورتی که باز هم یبوست شدید دارید به پزشک خود اطلاع دهید.
 2. دو هفته بعد از عمل بدنبال هر بار دستشوئی رفتن ابتدا با آب ولرم خود را شسته و تمیز نمائید و سپس داخل لگن، آب گرم بریزید و ۲۰-۱۰ دقیقه داخل آن بنشینید و محل را خشک کنید. خودتان را با دستمال توالت سفید بدون عطر و بو خشک کنید.
- توجه: استفاده از لگن آب گرم سبب کاهش درد و تورم شده و همچنین ناحیه مقعد را تمیز می کند.

هر گاه حس می‌کنید لازم است دست‌شویی بروید، آن را به تعویق نیندازید زیرا در این صورت مدفوع خشک و سفت شده و برای دفع آن باید تلاش بیشتری بکنید!

نشانی: شیراز-بلوار چمران-جنب بیمارستان چمران- بیمارستان حاج محمد اسماعیل امتیاز و مرکز فوریتهای پزشکی شهید رجایی

شماره تلفن جهت پاسخگویی به سوالات: 36364001

سایت: WWW.rajaehosp.ac.ir، لینک آموزش به بیمار

منابع: «سوزش معده یا رفلاکس»، راستینه.

اصول طب داخلی هاریسون، بخش بیماری‌های مری و معده

مبانی طب داخلی سیسیل

با آرزوی سلامتی و تندرستی برای شما

12. اصلاح عادات اجابت مزاج: اجابت مزاج به موقع و

خودداری از نشستن طولانی در دستشویی، شرط

اساسی است. بهترین زمان برای اجابت مزاج معمولاً

یک ساعت پس از صرف غذا می‌باشد. به خودتان

عادت دهید تا برنامه دفعی منظمی داشته باشید

13. پنج نکته مهم و ضروری برای جلوگیری از عود بیماری

الف- یبوست ممنوع

ب- زور زدن ممنوع

ج- طهارت با آب گرم

د- نشستن در جای مرطوب و سرد ممنوع

ر- نشستن و ایستادن به مدت طولانی ممنوع

نکته: بخاطر داشته باشید برای اینکه مبتلا به یبوست

نشوید رژیم غذایی (پر فیبر) زیر را رعایت نمایید.

۱- استفاده از نان و غلات سبوس‌دار (نان سنگک)

۲- میوه‌جات و سبزیجات خام و میوه‌جاتی که با پوست

و دانه مصرف می‌شوند.

۳- مصرف مایعات حداقل تا ۸ لیوان افزایش یابد.



3. برای اینکه دردتان کمتر شود و خونریزی نداشته

باشید ۵-۱۰ روز اول بعد از عمل به پهلو بنشینید و به

پهلو بخوابید.

4. در محل‌های سفت و مرطوب ننشینید.

توجه: رطوبت سبب خارش و تحریک ناحیه مقعد

می‌شود.

5. برای جلوگیری از درد و تحریک، به مدت طولانی

رانندگی نکنید

6. اگر ۲-۳ هفته بعد از عمل هنگام دفع مدفوع؛

خونریزی داشتید، نگران نباشید این خونریزی کم کم

از بین می‌رود اگر خونریزی خیلی شدید بود و یا بعد از

مدت فوق‌العاده داشت حتماً به پزشک خود مراجعه

کنید.

7. پیاده‌روی برای شما بسیار مفید است.

8. هنگام دفع مدفوع از زور زدن خودداری کنید.

9. هر وقت احساس مدفوع داشتید حتماً به دستشویی

بروید و از حبس کردن آن خودداری کنید.

10. از صابون‌های معطر جهت شستشو استفاده نکنید زیرا

مواد رنگی و معطر سبب تحریک و خارش و خونریزی

می‌شوند.

11. در صورتی که فشار عصبی دارید با پزشک خود تماس

گرفته و با دستور از او از داروهای آرام‌بخش استفاده

کنید. چون فشار عصبی باعث یبوست می‌شود.