



هموروئید (بواسیر)

واحد آموزش

۱۴۰۱

- آموزش های لازم بعد از هموروئید :
- تا یک هفته روزانه بعد از اجابت مزاج ، لگن آب گرم و بتادین بگیرید .
- رعایت رژیم غذایی-سبزیجات میل کنید، مایعات زیاد بنوشید و از خوردن مواد نفاخ و حبوبات خودداری کنید .
- کنترل خونریزی- داشتن خونریزی به مقدار کم طبیعی است ولی در صورت خونریزی زیاد به پزشک مراجعه کنید .
- از بیوست جلوگیری شود .
- داروهای تجویز شده استفاده شود .
- مراجعه به مطب طبق دستور پزشک معالج

- روزانه 8-10 لیوان آب بنوشید .
- خوردن مایعات زیاد مدفوع را نرم تر میکند و فشار هنگام دفع کمتر میگردد .
- شدیدترین و جدی ترین مرحله از این بیماری زمانی است که میزان زیادی از این بواسیر ها در یک زمان از دهانه مقعد بیرون می آیند . این موقعیت دردناک و خطرناک ، نیاز به جراحی فوری دارد .
- بواسیر معمولا با مراقبت مناسب خوب میشود اما ممکن است نیاز به جراحی باشد .



بواسیر :

بیماری بسیار شایعی است که افراد را در سنین مختلف چه جوان و چه پیر مبتلا میکند اما بسیاری افراد به دلیل شرم از بیان آن از مراجعه به پزشک خودداری میکنند.

هموروئید یا بواسیر عبارت است از سیاهرگ های گشاد شده در راست روده یا مقعد .

بواسیر ممکن است در مجرای

مقعدی (بواسیر داخلی) یا در مدخل مقعد (بواسیر خارجی) واقع شده باشد . بواسیر ممکن است سال ها وجود داشته باشد اما تنها با وقوع خونریزی بدن پی برده شود .

علائم و نشانه های هموروئید :

خونریزی اولین و شایع ترین علامت است . خون ریزی هنگام اجابت مزاج است که پس از دفع مدفوع سفت ایجاد میشود و به صورت خون تازه

و روشن روی کاسه توالت می چکد .

- خروج توده (بیرون زدگی) :
- دومین علامت بیرون زدگی بالشتک های هموروئیدی از مقعد می باشد .
- درد سومین علامت است .

علل :

علت واقعی هموروئید مشخص

نیست ولی عوامل مبهم و موثر در

بروز آن عبارتند از :

- وارد آمدن فشار مکرر به سیاهرگ های مقعد یا راست روده
- زور زدن موقع اجابت مزاج
- رژیم غذایی بدون فیبر
- نشستن یا ایستادن به مدت طولانی
- اسهال مزمن

• چاقی

- کم شدن تون عضلانی در سنین بالا
- یبوست مزمن
- جراحی راست روده یا پارگی مجرای تناسلی به هنگام زایمان
- سرطان روده بزرگ

پیشگیری :

- برای اجابت مزاج عجله نکنید و در عین حال از زور زدن و نشستن طولانی مدت در توالت خودداری کنید . ورزش و فعالیت های بدنی باعث کاهش فشار بر رگ ها شده و احتمال یبوست را کاهش میدهد .
- اگر اضافه وزن دارید وزن خود را کاهش دهید .
- مقدار فیبر غذایی را در رژیم غذایی خود افزایش دهید .