



بنام خداوند جان و خرد

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی دنا

بخش آموزش به بیمار

هموروئید

(و چند بیماری دیگر ناحیه مقعد)

شناسنامه بروشور آموزشی

عنوان	هموروئید
تهیه کننده	دفتر آموزش به بیمار
تأیید کننده	دکتر فضل الله هوشداران
سمت	متخصص جراحی
تاریخ تهیه/به روز رسانی	بهار ۱۴۰۵
منبع/منابع	اصول جراحی شوارتز- برونر سودارت
ناظر کیفی	سوپروایزر ارتقاء سلامت
کد بروشور آموزشی	W-TP-113 R01

www.denahospital.com

شیراز، چهار راه ستارخان، کوی دنا، بیمارستان دنا

تلفن: ۰۷۱-۳۶۴۹۰۴۱۱ فاکس: ۰۴۳۳-۳۶۴۹۰۴۳۳



واحد پرستار پیگیر: داخلی ۲۶۳- ساء ۱۳۰۰

با اسکن لینک روبرو به بروشورهای

آموزشی دسترسی پیدا کنید.

انواع هموروئید :

داخلی: این نوع اغلب به سادگی تشخیص داده نمی شود مگر آنکه در موقع مدفوع بیرون بزنند. اغلب در وقت زور زدن بیرون می زند و در وقت شل کردن ناپدید می شود. رنگ آنها قرمز براق یا آلبالویی تیره است. گاهی برای داخل کردن آنها به فشار با دست یا دستمال مرطوب نیاز است اینها چون در ناحیه مخاط مقعد تشکیل شده اند اغلب بی درد اما با خونریزی و ترشحات مخاطی همراهند.

خارجی: اینها به راحتی قابل تشخیص اند. برآمدگی های نرم و کوچک خاکستری یا قهوه ای که بندرت با خونریزی ولی معمولاً با درد همراهند. **هموروئیدهای ترمبوزه:** حاصل لخته شدن خون در هموروئید است که باعث کش آمدن پوست و ایجاد درد در ناحیه می شود و ممکن است بسیار ناگهانی و شدید باشد. اغلب یک برجستگی آبی رنگ حاصل از لخته خون نشانه آنهاست.

سایر مشکلات ناحیه مقعد:

شقاق یا فیشر یا فیسور: عبارتست از شکاف های داخل پوست کانال مقعد که حاصل عبور مدفوع خشک و سخت می باشد که با درد شدید موقع دفع یا گاهی خونریزی همراه است.

فیستول: حاصل عفونت شیارهای داخل کانال و تشکیل آبسه است که به پوست باز شده است. در ابتدا با درد و گاهی تب و دردناک بودن محل یا درد موقع عمل دفع ظاهر می شود. اما بعدها که فیستول شد می تواند با یا بدون درد، اما همیشه با ترشح و خارش همراه باشد.

تشخیص هموروئید :

این کار توسط پزشک انجام می گیرد. تا احتمال سایر بیماری ها را در نظر بگیرد.

- ۱- مشاهده قسمت خارجی مقعد
- ۲- معاینه با انگشت از داخل مقعد برای یافتن هموروئید که با کمی ناراحتی برای بیمار همراه است.
- ۳- مشاهده با آندوسکوپ: لوله ای ۷-۸ سانتی متری برای دیدن هموروئید (درمواقع ترمبوزه فقط مشاهده کافی و ممکن است) درموردی که خونریزی-مدفوع تیره-مدفوع خیلی باریک-تناوب اسهال یبوست با تغییر آشکار در عادات دفع وجود داشته باشد بررسی های بیشتر ضروری است.

- ۴- زیگموئیدسکوپی: لوله ای ۲۵+۳۰ سانتی متری با لنز و نور برای دیدن روده بزرگ (بیش از ۵۰٪ سرطان های روده بزرگ در این ناحیه است) کاریست چند دقیقه ای که بعد از تخلیه و تنقیه انجام می شود و با فشار و ناراحتی همراه است.

هموروئید :

چون مردم عادت ندارند درباره مشکلات هموروئید خود صحبت کنند، شما ممکن است خود را با این مشکل اغلب دردناک تنها ببینید. بعضی از صاحب نظران معتقدند که بیش از ۹۰٪ مردم در جوامع مدرن حداقل یکبار در طول زندگی خود این مشکل را داشته اند. هموروئید اغلب در سنین ۳۰-۵۰ سالگی بروز می کند و در همه نژادها و صاحبان کلیه مشاغل اتفاق می افتد گرچه مرد و زن به یک نسبت به این بیماری دچار می شوند ولی زنان باردار بیشتر در معرض علائم آزار دهنده آن هستند و در بعضی از خانواده ها بیشتر است. هموروئید انواع مختلفی دارد که همه آنها نتیجه بزرگ و گشاد شدن سیاهرگ داخل مقعدی اند. (به واریس پا یا به سیاهرگ های دست بعد از کار سنگین نگاه کنید) از این رو برخی پزشکان هموروئید را واریس های داخلی مقعد می نامند. این سیاهرگ های گشاد شده اغلب به شکل توده دردناک دیده می شوند.

علت هموروئید :

مصرف غذاهای کم تفاله (کم فیبر) منجر به یبوست می شود که باعث زور زدن در توالی و باعث فشار در ورید کانال مقعدی می شود. این فشار پیوسته و دائم باعث گشاد شدن سیاهرگ ها و لذا ایجاد بواسیر (جمع باسور) می شود. همچنین حاملگی، آب آوردن شکم، و مورهای شکم و لگن، نشستن زیاد، معطل شدن در توالی، یبوست به دلایل دیگر (اعتیاد یا عادت) نیز از جمله عوامل ایجاد بیماری اند.

هموروئید و سلامتی:

هموروئید به تنهایی تهدیدی برای سلامتی نیست اما علائم هموروئید گاه مثل علائم بیماری های مهم دیگر است. مثال خونریزی می تواند از هموروئید باشد، یا از سرطان روده بزرگ یا از هردو در آن واحد. لذا فقط پزشک می تواند بگوید علائم مربوط به چه بیماری است. اگر مشکل از بواسیر بود آن وقت روی انتخاب روش های درمانی می شود با پزشک بحث کرد چون برای بعضی فقط تغییر رویه زندگی حلال مشکلات است و برای بعضی دیگر جراحی.

علائم هموروئید :

هموروئیدها معمولاً به شکل چندتایی در اطراف مقعد پدید می آیند و اغلب علائم موقتی دارند هرچند اکثراً بدون علامت اند. دردهای درحال افزایش، خونریزی، ترشحات مخاطی (بلغمی) علائمی است که دیده می شود اما اینکه این علائم مربوط به هموروئید است یا خیر بستگی به تشخیص پزشک دارد.

۵- باریم انما: تنقیه با سولفات باریم. برای دیدن غده‌ها و کیسه‌ها (دیورتیکول) پس از تخلیه کامل روده، تنقیه و ناشتا بودن برای چند ساعتی قبل از عکس‌برداری انجام میشود.

۶- کولونوسکوپ: لوله ای ۱-۱/۵ متری قابل خم شدن برای دیدن سرتاسر کولون.

۷- آزمایش مدفوع .

انتخاب جراحی :

اگر اقدامات درمانی انجام شده منجر به کاهش مشکلات نشد عمل جراحی توصیه می‌شود. در غیر این صورت خونریزی باعث کم خونی و باعث پنهان ساختن سایر بیماری‌ها خواهد شد. از این رو جراحی ضرورت دارد.

برای عمل: تست‌های رایج برای ارزیابی شرایط عمومی انجام می‌شود. آخرین وعده غذایی روز قبل از عمل جراحی دریافت شود. پس از آن هم یک مسهل یا تنقیه لازم است. برای عمل جراحی از بی‌هوشی عمومی یا نخاعی یا دنبالچه‌ای همراه با یک داروی خواب‌آور استفاده می‌شود.

در اتاق عمل: سرم برای شما شروع می‌شود و کلیه داروهای مورد نیاز از طریق ورید به شما داده می‌شود. بعد کانال مقعد باز شده و سپس رگ گشاد شده همراه با پوست یا مخاط روی آن برداشته می‌شود. محل برداشتن همورئید باز می‌ماند و تنها کمی بسته می‌شود. بخیه‌ها از نوع جذب شدنی هستند و لازم نیست که بعدا برداشته شود. تا سه عدد همورئید را می‌توان در طی یک عمل جراحی بدون ترس از تنگ شدن مقعد برداشت. بعد از پایان عمل شما تا به هوش آمدن کامل به ریکآوری و سپس به اتاق خود در بخش منتقل می‌شوید.

طی دو سه روز بعد روده شما کار طبیعی خود را بتدریج باز خواهد یافت. کوتاه مدتی بعد از عمل جراحی در روده‌های شما گاز جمع خواهد شد و دردهای روده‌ای خواهید داشت. این نتیجه طبیعی بی‌هوشی است و به زودی از بین خواهد رفت. در هنگام دفع دچار ناراحتی خواهید شد و در بین دفعات دفع دچار اسپاسم عضلات در محل راست روده خواهید بود. با خوردن مسکن و نرم نگه‌داشتن مدفوع این مشکلات کمتر خواهد شد. لذا نرم کننده مدفوع برای شما تجویز خواهد شد. بعضی‌ها از اولین دفع پس از عمل می‌ترسند و سعی می‌کنند آنرا عقب ببندازند. اینکار باعث سخت شدن مدفوع و موجب دردناک‌تر شدن عمل دفع خواهد شد. یک مدفوع نرم و به مقدار طبیعی کمترین ناراحتی را باعث خواهد شد. در طول دوران بهبودی تشویق خواهید شد که غذای معمولی بخورید و نرم کننده مدفوع نیز مصرف کنید.

غذای مناسب فعالیت بدنی مناسب مثل پیاده روی سبک کار طبیعی روده را بهبود می‌بخشد.

یک عارضه دیر هنگام و نادر بعد از عمل همورئید تنگ شدن مقعد است که با ترمیم و جوش خوردن زخم‌های محل همورئید بوجود می‌آید. اگر این مشکل بوجود آمد باید با گشادکننده‌هایی مقعد را گشاد کرد. که در طول چند هفته بتدریج مقعد را بحالت اول برمی‌گردانند. در مواقعی که بیمار همراهی و همکاری نمی‌کند ممکن است برای تصحیح تنگی عمل جراحی مجدد مورد نیاز باشد. تا حدود دو هفته بعد از عمل ترشح بلغمی و خونریزی را باید انتظار داشت. گرچه دیدن خون بعد از مدفوع می‌تواند نگران کننده باشد. اما به یاد داشته باشید مقدار آن مهم و قابل اهمیت نیست. در طول مدت ترمیم زخم درد، حساسیت و تورم را مشاهده خواهید کرد. این تورم مثل خود همورئید یا مدفوع کامل دفع نشده بنظر خواهد آمد. اما با رفع تورم (که در چند روز آینده اتفاق می‌افتد) این احساس از بین خواهد رفت. معمولاً چند ساعت تا یک روز بعد از عمل از بیمارستان مرخص خواهید شد و ادامه درمان در منزل لازم است. معمولاً با مسکن، نرم کننده مدفوع و محلول بتادین مرخص می‌شوید.

درمان در خانه :

چون کمی خونریزی و ترشح مخاطی خواهید داشت بهتر است پانسمان یا دستمال کاغذی یا پوشک در لباس زیر خود داشته باشید که از کثیف شدن لباس زیرتان جلوگیری کنید. این پانسمان‌ها و لباس زیر را با مرتباً عوض کنید. بهداشت خوب ترمیم را جلو می‌اندازد. بعد از عمل دفع احساس سوزش خواهید کرد که در این موارد لگن آب گرم به شما کمک خواهد کرد، لذا بعد از شستن خود چند دقیقه‌ای در لگن آب گرم بنشینید. در خانه باید از یبوست جلوگیری کنید همراه با نان و غذای معمولی، سبزی خام را فراموش نکنید، مقدار فراوان آب بنوشید و به اندازه کافی تحرک داشته باشید.

درعین حال زور زدن زیاد، بلند کردن اشیاء سنگین و ورزش سنگین نیز مضر است. برای خوردن ملین‌ها (نرم کننده مدفوع) به دستور پزشک توجه کنید. مصرف زیاد آنها باعث مدفوع آبی می‌شود که خطرناک و زیان‌بار است. هرچه زودتر خود را از ملین‌ها جدا کنید و به میوه و سبزی تکیه کنید. در توالی زور نزنید. بخصوص در دوره نقاهت از توالی فرنگی یا چهارپایه‌های که روی توالی عادی قرار می‌دهند استفاده کنید.

معمولاً اولین ویزیت دو هفته بعد از عمل است اما در صورت وقوع خونریزی شدید، تب بالا یا هر علامت غیر عادی دیگر تا آن روز صبر نکنید و با پزشک تماس بگیرید تا در صورت لزوم دیده شوید.

بازگشت به کار :

معمولاً پزشک به شما خواهد گفت که کی می‌توانید به محل کار بازگردید هر چه کار بدنی سنگین‌تر باشد این زمان بیشتر است. طول مدت درمان در خانه و استراحت بستگی به سرعت ترمیم زخم و نوع کار شما دارد. گرچه بعضی‌ها ۳-۴ روز بعد از عمل به محل کار برمی‌گردند اما در برخی موارد درمان کامل تا ۶ هفته ممکن است بطول انجامد.

وقتی یکبار تحت عمل جراحی بواسیر قرار گرفتید ابتلا دوبار چندان محتمل نمی‌باشد هر چند غیرممکن هم نیست. رعایت موارد زیر احتمال عود بیماری را کاهش می‌دهد. غذای حجم‌دار و نوشیدن مقدار فراوان آب، فعالیت بدنی، زور نزدن در توالی، رفتن به توالی زمانی که وقت آن فرامی‌رسد و بسرعت برخاستن بعد از دفع، کوشش برای اینکه روزانه حداقل یکبار دفع داشته باشید.

اقدامات لازم برای پیشگیری از رشد و عود بیماری:

- ۱- غذا: رژیم غذایی مفید شامل سبوس بیشتر، نان از آرد کامل، مقدار کافی میوه و سبزی تازه (خام) نوشیدن مقدار فراوان آب یا آب میوه بدون شکر زیاد یا غذاهای تصفیه شده (و الکل کم) استفاده از مسهل‌های حجمی و گیاهی (سایر مسهل‌ها فقط برای موارد کوتاه)
- ۲- توالی: به مجرد احساس نیاز به تخلیه توالی بروید. از زور زدن پرهیز کنید فقط بمدتی که نیاز هست در توالی بمانید و در توالی به مطالعه و تفکر نپردازید (ترجیحاً از توالی فرنگی استفاده کنید) حداقل روزی یکبار تخلیه داشته باشید. با آب گرم و به نرمی یا فقط با فشار آب خود را بشوئید.
- ۳- ورزش: فعالیت بدنی همراه با غذای مناسب مانع یبوست می‌شود. فعالیت بدنی مناسب را بمقدار کافی داشته باشید.
- ۴- کاهش درد: نشستن در آب گرم (نه داغ) به ارتفاع ۱۰-۷ سانتی‌متر باعث کاهش درد می‌شود بخصوص بعد از تخلیه.
- ۵- کیسه یخ: برای کاهش درد همورئید ترومبوزه خارجی بخصوص در شروع، در رختخواب بخوابید و کیسه یخی روی موضع بگذارید، اما نه بیشتر از چند دقیقه در هر بار و فقط در چند ساعت اولیه نه بیشتر.
- ۶- درمان

الف: مسهل‌ها با نرم کردن مدفوع باعث کاهش ناراحتی می‌شوند اما مصرف طولانی مدت باعث تشدید یبوست می‌شود. پس با دستور پزشک مصرف شود.
ب: تنقیه اثر مثبت محدودی دارد و نیاز به دستور پزشک دارد.
ج: روغن‌ها و شیاف‌های ضد همورئید می‌تواند در مواقع زخم یا سوزش مصرف شود. اما خیلی موثرتر از وازلین نیست.