

همورئید - بواسیر

کانال مقعدي با شبکه اي از رگهاي وريدي كوچك كه درست زير پوست هستند پوشيده مي شود (بخش انتهاي روده ي بزرگ را اصطلاحاً کانال مقعدي مي نامند).

در هنگام اجابت مزاج، زور زدن، نشستن طولاني مدت، باعث بزرگي اين وريدها مي شود. اين وريدي هاي بزرگ شده لايه هايي را ايجاد مي کنند که متورم است و آنها را اصطلاحاً بواسير مي ناميم.
بواسير (همورئید) سياهرگ و اريسي است که در راست روده يا مقعد قرار دارد و به مرور زمان گشاد مي شود. احتمال دارد بواسير سالها وجود داشته باشد. اما فقط زماني به آن پي مي بريم که خونريزي اتفاق بيفتد.

علامت شايع همورئيد

- **خونريزي:** اولين و شايع ترين علامت خونريزي است خون روشن که به صورت رگه در زمان دفع مدفوع مشاهده مي شود و يا به دنبال دفع، خون به مقدار کم و به مدت کوتاهی چکه کند و از مدفوع جداست. افراد توجه داشته باشند که اگر خون مخلوط با مدفوع باشد بايد به ساير عوامل مثل سرطان ها و پولیپ ها و کولیت ها مشکوک شد.

- احساس خارش و درد با ترشح مخاطي بعد از اجابت مزاج که موجب ناراحتي فرد شود.

- يك برجستگي در مقعد ايجاد مي شود. حال ممکن است اين برجستگي به بيرون از مقعد بيايد که خودبه خود به داخل باز گردد و يا بيرون زدگي ثابت باشد و به داخل مقعد نرود.

- تورم و التهاب ناحيه ي مقعد

علل ايجاد همورئيد

1. زور زدن زياد هنگام اجابت مزاج و داشتن يبوست مزمن
2. استفاده از رژيم غذايي بدون فيبر
3. نشستن و يا ايستادن به مدت طولاني
4. اضافه وزن و داشتن چاقي
5. جراحي راست روده و يا پارگي مجراي تناسلي به هنگام زايمان و دوختن آن
6. بيماري هاي عفونت کبد
7. سرطان روده بزرگ
8. بالا بودن فشار خون در سيستم سياهرگي دستگاه گوارش

پيشگيري از ايجاد همورئيد

1. براي اجابت مزاج از تلاش و نشستن طولاني مدت در تواليت بپرهزید.
2. در صورت چاق بودن سريعاً وزن خود را کاهش دهید.
3. در طول روز 11 - 8 ليوان آب بنوشيد
4. مقدار فيبر غذايي را در رژيم خود افزايش دهید (مثل ميوه جات تازه، حبوبات، سبزيجات، غلات سيوس دار)
5. ورزش منظم را در برنامه روزانه خود داشته باشيد (پياده روي تند 3 تا 4 بار در هفته و هر بار حداقل نيمساعت)
6. آلو به برنامه غذايي خود بيفزائيد.

عوارض احتمالي بعد از بواسير

✓ زخم شدن بواسير و عفونت همراه آن

✓ کمبود آهن بدن و کم خونی زمانی که خونریزی از مقعد قابل توجه باشد. در اثر وجود لخته خون در بواسیر درد شدید ایجاد میشود.

درمان

✓ 1. درمان جراحی 2. درمان طبی

درمان طبی:

این نوع درمان برای همورئیدهای خفیف است. تلاش این نوع درمان برای کاهش یبوست به وسیله مصرف رژیم غذایی فیبردار مثل میوه جات و سبزیجات، اصلاح عادت اجابت مزاج استفاده از کاهو، انجیر، آلو، نان سبوس دار، استفاده از پمادهای ضد همورئید، استفاده از ملین ها و لگن آب گرم است.

چند اصل کلی

- پس از اجابت مزاج، ناحیه ی مقعد را به ملایمت پاک کنید. از دستمال توالت مرطوب و یا حوله نرم استفاده کنید.
- برای کاهش درد، روزانه چندین دفعه و هر دفعه به مدت 21 – 11 دقیقه در آب گرم بنشینید و یا می توانید برای کم شدن تورم ناشی از وجود لخته ی تورم یا بیرون زدگی بواسیر، یک روز در رختخواب استراحت کنید و روی ناحیه یخ بگذارید.
- برای کاهش درد، تورم و خارش می توانید از کرم های موجود در بازار که حاوی عصاره ی فندق و هیدروکورتیزون هست، با مشورت پزشک استفاده کنید □. اطراف ناحیه ی مقعد را شویو کرده و تمیز نگه دارید.
- روزانه استحمام کرده و با آب گرم اطراف ناحیه ی مقعد را به آرامی بشوئید. از صابون استفاده نکنید چرا که ممکن است درد را تشدید و حتی باعث ایجاد خونریزی شود.
- برای تسکین درد می توانید از مسکن ها مثل استامینوفن، ایبوپروفن، آسپرین استفاده کنید. مسکن ها درد را تسکین می دهد اما بواسیر را از بین نمی برد پس بهتر است حتماً به پزشک مراجعه کنید.
- از پوشیدن لباس های تنگ و سفت و کمر بند خودداری کنید.
- برای نشستن میتوانید از بالشهای به شکل حلقه توخالی(رینگ نرم) استفاده نمایید.
- حمام بتادین یا نشستن در آب ولرم حاوی بتادین به مدت ۱۰ روز روزانه ۳ بار هر بار به مدت ۱۰ دقیقه باید انجام شود
- واحد آموزش سلامت بیمارستان باقرالعلوم اهر

بیمارستان باقرالعلوم اهر واحد آموزش سلامت کد پمفیلنت :

زیر نظر متخصصین جراحی

تاریخ تدوین : ۱۴۰۰/۸/۵

تاریخ بازبینی : ۱۴۰۱/۸/۵

